



Tävlingsplats	Lugnets nya badhus 8x25m, Falun.
Datum	24 september 2023.
Tider	Insim 16:15 –16:50 och start 17:00.
Startlistan	Startlistan finns på Swimify, live.swimify.com och LiveTiming, www.livetiming.se . Under filarkivet finns deltagarlistor.
Efteranmälan	Efteranmälan är tillåten via Tempus fram till 21/9. Därefter på plats fram till 1 timme före start.
Publik	Publiken sitter på balkongen ovanför bassängen. Det finns plats för 150 personer.
Funktionärer	2 funktionärer från respektive förening skall ställa upp. Funktionärsamling sker 30 min före tävlingsstart. Funktionärerna behöver inte vara utbildade .
Lagkapper	Lagkappen får bestå av valfritt antal tjejer och killar. Lagen får också innehålla enbart tjejer eller killar. Lagkapslagen lägger ni in själva senast 1 timme före start i tränarappen.
Strykningar	Strykningar utförs via tränarappen senast 1 timme före start.
Parkering	Gratisparkering finns vid bredvid ishallen. Övriga parkeringar på Lugnet är avgiftsbelagda.
Medaljer	Efter tävlingen delas en deltagarmedalj till alla som simmat.
Ombyte	Ombyte sker i de öppna omklädningsrummen. Nyckelarmband till skåpen kommer delas ut. Utlämning av armbanden görs i badets reception.
Avsim	Inget avsim är möjligt.
Upplysningar	Jens Antlov tel. 070-641 75 41 eller E-post: jens@falusim.se

Allmän info

Flickor och pojkar simmar tillsammans. Resultat redovisas samlat efter tävlingen och på hemsidan. Diskvalifikation sker endast om den tävlande:

- Gjort en grov tjuvstart.
- Simmat fel simsätt*.
- Ej vidrört vägg vid vändning eller målgång.
- Dragit i linan.
- Hindrat medtävlare.

*Med detta menas att simmaren till exempel simmar crawl i stället för bröstsim. Inte att simsättet är felaktigt, till exempel släpande armar i fjärilsim. Enstaka arm- eller bentag i fel simsätt leder inte heller till diskvalifikation. Utförda starter, simningar, vändningar och målgång som skulle innebära diskning i en tävling med fullt regelverk fångas, om möjligt, upp av funktionärer och meddelas av tävlingsledare till den aktives tränare vid valfri tidpunkt.

Grenordning

Gren	Distans
1	4x25m frisim
2	100m medley
	Paus
3	25m frisim
4	50m frisim
5	100m frisim
	Paus
6	25m bröst
7	50m bröst
8	100m bröst
	Paus
9	25m rygg
10	50m rygg
11	100m rygg
	Paus
12	25m fjäril
13	50m fjäril
14	100m fjäril
	Paus
15	4x25m medley

