



# Välkommen till DISTANSCUPEN 2021 - 2022

En tävling i hemmabassängen

Våga simma "lite längre"

En motivator att på träning simma fort

Du får flera försök – varje period är 2  
veckor

Tag chansen och var med nu!



# Distanscupen 2021 - 2022

## Inbjudan till alla VSSF klubbar

|       |                        |               |  |
|-------|------------------------|---------------|--|
| HT21  | Period 1 – 800 frisim  | Vecka 40 - 41 | FI/Po 04 o.ä.<br>FI/Po 05, 06, 07 o.y. |
| HT 21 | Period 2 – 400 medley  | Vecka 45 - 46 | FI/Po 04 o.ä.<br>FI/Po 05, 06, 07 o.y. |
| HT 21 | Period 3 – 1500 frisim | Vecka 50 - 51 | FI/Po 04 o.ä.<br>FI/Po 05, 06, 07 o.y. |
| VT 22 | Period 4 – 400 frisim  | Vecka 5 - 6   | FI/Po 04 o.ä.<br>FI/Po 05, 06, 07 o.y. |

Prisutdelning för distanscupen sker under sommaren 2022 då den sista deltävlingen avgjorts.

### Tävlingsformer, anmälan och rapportering:

- Simmas i 25m eller 50m bassäng, enligt FINA poäng
- Alla sim-föreningar som är anslutna till VSSF har rätt att delta
- Varje distans simmas under en 2-veckorsperiod på ett träningspass  
OBS!! Minst 1 utbildad funktionär skall finnas på plats som kan borga för att simningen sker på ett regelrätt sätt.
- ANMÄLAN görs via TEMPUS anmälan, den kommer att stå som öppen under hela perioden och stängas på söndag kväll när respektive period är slut. **TÄNK på att låta simmarna simma först och först efter detta anmäler ni aktuella simmare i Tempus.** Detta underlättar administrationen efteråt och minskar risken för fel om det inte är många DNS.
- Tränare/ansvarig för distanscupen rapporterar in föreningens alla resultat när perioden är över på det excel-ark som finns på blad 3.
- Ansvarig för distanscupen räknar samman poängen efter varje deltävling och redovisar via VSSF:s hemsida.
- OBS! Det är noga att man gör både anmälan och resultatrapportering för att administrationen ska fungera!

**Åldersklasser:** 2004 o.ä - 2005 - 2006 - 2007 o.y.

**Startavgift:** Sek 100/pp för hela tävlingen, vill man bara delta på vissa lopp är det samma pris.

Maxpris för varje förening sek 2000.

Ett debiteringsunderlag tas fram efter alla omgångar, avgiften betalas in till VSSF BG: 724-0088.

**Prischeck** (finansieras med avgifterna):

Första placering i varje klass - Delar på 50% av insamlade medel

Andra placering i varje klass - Delar på 35% av insamlade medel

Tredje placering i varje klass - Delar på 15% av insamlade medel



| Distans | Förnamn | Efternamn | Ålder | Klubb | Tid      |
|---------|---------|-----------|-------|-------|----------|
| 800 fr  | Kajsa   | Warg      | 2005  | KbSS  | 11.22,52 |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |
|         |         |           |       |       |          |

**OBS!** Detta ark ifylles av ansvarig tränare och skickas till [asa.billstrom@kbss.nu](mailto:asa.billstrom@kbss.nu) efter avslutad deltävling.