



VSSF

i samarbete med SS STIMMET & TROLLHÄTTANS SS

Inbjuder härmed till
Vårsimiaden / Kraftsimmet, Laholm
Vårsimiaden / Fallracet, Trollhättan

Den 22-23 maj 2010

Tävlingen avgörs under två dagar med direktfinaler samt eltidtagning i:

- Laholms Simhall (6 banor), SS Stimmet
- Älvhögsborg (7 banor), Trollhättans SS

- Anmälan:** Skall vara VSSF tillhanda senast **måndagen den 10 maj, kl. 21.00** till: kansli@vssf.nu (OBS! Skriv vilken ort ni vill anmäla till)
- Startavgift:** 55 kr/ind.start, 65 kr/lag.start vid anmälan på Grodanfil eller motsvarande. Vid anmälan på SSF-lista tillkommer 10 kr/start. Startavgifter till Vårsimiadens grenar faktureras av VSSF och skall vara betalda innan tävlingens start. Startavgifter gällande Kraftsimmet/Fallracet faktureras av Lokal Arrangör, se deras PM.
- Efteranmälan:** Sker till lokal arrangör, I mån av plats fram t.o.m. 19/5 kl. 13.00 mot dubbel startavgift. Faktureras av Lokal Arrangör.
- Startlistan:** Publiceras på VSSF hemsida (www.vssf.nu) under vecka 18.
- PM** Respektive arrangörsförening mailar PM till sina deltagande föreningar efter startlistorna är publicerade på VSSFs hemsida.
- Strykningar & Tävlingstider** Respektive arrangörsförening meddelar strykningstider på/i sina hemsidor samt PM.
- Funktionärer:** Varje arrangör ansvarar för att det finns en egen funktionärsbesättning på plats i varje simhall. Deltagande föreningar skall ställa upp med 1 st. funktionärer per simpass. Meddela namnuppgifter redan vid tävlingsanmälan. Påminnelse kommer även i PMet!
VSSF har tillsatt ett team gällande en del i tävlingsledningen på varje ort, se schema på VSSF hemsida (Funktionärer).

Västsvenska Simförbundet
031-20 56 37
kansli@vssf.nu
www.vssf.nu

SS Stimmet
070-210 7037
stimmet@stimmet.nu
www.stimmet.nu

Trollhättans SS
0520-42 65 60
tavling.tss@gmail.com
www.trollhattesim.se



- Kost & Logi:** Se respektive lokal arrangörs hemsida eller PM om det anordnas kost & logi.
- Priser:** Medaljer delas ut till de tre främsta på varje tävlingsplats. Vårsimiaden har sin specifika utformning och gällande Kraftsimmet/Fallracet så är det upp till de lokala arrangörerna vilken form de vill ha på de medaljerna!
- Livetiming:** Det är upp till varje Lokal Arrangör att använda detta, se deras PM.
- Resultat:** Kommer att finnas på respektive hemsida under och efter tävlingarna.
- Heatbegränsning:** Alla anmälda till Vårsimiadens grenar skall få simma. D.v.s. inga heatbegränsningar på Vårsimiaden. Vi förbehåller oss dock rätten att efter samråd omfördela anmälda föreningar mellan tävlingsplatserna för undvikande av snedbelastning. Detta för att hålla max 3,5 timmar/pass!

Kraftsimmet/Fallracet grenarna kommer att arrangeras om tid finns över på varje simpass! De kommer i så fall att heatbegränsas upp till max 3 heat på 400/200 m sträckorna och 4 heat på 100 m sträckorna. Hälften av heaten kommer att simmas av gruppen 14-15 år och hälften i gruppen 16 år och äldre. Mixedlagkapperna är begränsad till max 2 heat, dock minst 4 st. startande lag från olika klubbar. Heatbegränsningen i lagkappen görs efter att alla klubbar får ha med åtminstone ett lag. Lagkappslagen i mixed skall bestå av två tjejer och två killar i åldern 14 år o ä.

GRENAR: Vårsimiaden

Individuellt	10 år & y.	50 Frisim	50 Rygg	50 Bröst	25 Fjäril	100 Medley
	11 år	100 Frisim	100 Rygg	100 Bröst	50 Fjäril	100 Medley
	12 år	100 Frisim 200 Frisim	100 Rygg	100 Bröst	100 Fjäril	200 Medley
Lagkapper	13 år	100 Frisim 400 Frisim	100 Rygg	100 Bröst	100 Fjäril	200 Medley
	11 år & y 12-13 år	4x50 Frisim 4x100 Frisim	4x50 Medley 4x100 Medley			

GRENAR: Kraftsimmet & Fallracet

Individuellt	14-15 år	100 Frisim	100 Rygg	100 Bröst	100 Fjäril	200 Medley
		200 frisim	200 Rygg	200 Bröst	200 Fjäril	400 Frisim
Lagkapper	16 år & ä	100 Frisim	100 Rygg	100 Bröst	100 Fjäril	200 Medley
		200 frisim	200 Rygg	200 Bröst	200 Fjäril	400 Frisim
Lagkapper	14 år & ä	4x50 Medley Mixed				
		4x50 Frisim Mixed				

Grenarna i Kraftsimmet/Fallracet simmas ihop och resultaten delas upp i grupper efter 14-15 år och 16 år & ä.

Västsvenska Simförbundet
031-20 56 37
kansli@vssf.nu
www.vssf.nu

SS Stimmet
070-210 7037
stimmet@stimmet.nu
www.stimmet.nu

Trollhättans SS
0520-42 65 60
tavling.tss@gmail.com
www.trollhattesim.se

GRENORDNING

Pass 1 – Lördag 22/5

1. 200 m medley flickor 13 år
2. 200 m medley pojkar 13 år
3. 200 m medley flickor 12 år
4. 200 m medley pojkar 12 år
5. 200 m medley flickor 14 år & ä
6. 200 m medley pojkar 14 år & ä
7. 100 m bröstsim flickor 13 år
8. 100 m bröstsim pojkar 13 år
9. 100 m bröstsim flickor 12 år
10. 100 m bröstsim pojkar 12 år
11. 100 m bröstsim flickor 14 år & ä
12. 100 m bröstsim pojkar 14 år & ä
13. 100 m frisim flickor 13 år
14. 100 m frisim pojkar 13 år
15. 100 m frisim flickor 12 år
16. 100 m frisim pojkar 12 år
17. 4x50 medley mixed 14 år & ä
18. 4x100 m medley flickor 12-13 år
19. 4x100 m medley pojkar 12-13 år

Pass 2 – Lördag 22/5

20. 400 m frisim flickor 13 år
21. 400 m frisim pojkar 13 år
22. 200 m frisim flickor 12 år
23. 200 m frisim pojkar 12 år
24. 400 m frisim flickor 14 år & ä
25. 400 m frisim pojkar 14 år & ä
26. 100 m fjärilsim flickor 13 år
27. 100 m fjärilsim pojkar 13 år
28. 50 m fjärilsim flickor 12 år
29. 50 m fjärilsim pojkar 12 år
30. 100 m fjärilsim flickor 14 år & ä
31. 100 m fjärilsim pojkar 14 år & ä
32. 100 m ryggsim flickor 13 år
33. 100 m ryggsim pojkar 13 år
34. 100 m ryggsim flickor 12 år
35. 100 m ryggsim pojkar 12 år
36. 4x50 m frisim mixed 14 år & ä
37. 4x100 m frisim flickor 12-13 år
38. 4x100 m frisim pojkar 12-13 år

Pass 3 – Söndag 23/5

39. 25 m fjärilsim flickor 10 år & y
40. 25 m fjärilsim pojkar 10 år & y
41. 50 m fjärilsim flickor 11 år
42. 50 m fjärilsim pojkar 11 år
43. 200 m fjärilsim flickor 14 år & ä
44. 200 m fjärilsim pojkar 14 år & ä
45. 50 m bröstsim flickor 10 år & y
46. 50 m bröstsim pojkar 10 år & y
47. 100 m bröstsim flickor 11 år
48. 100 m bröstsim pojkar 11 år
49. 100 m frisim flickor 14 år & ä
50. 100 m frisim pojkar 14 år & ä
51. 50 m frisim flickor 10 år & y
52. 50 m frisim pojkar 10 år & y
53. 100 m frisim flickor 11 år
54. 100 m frisim pojkar 11 år
55. 200 m Ryggsim flickor 14 år & ä
56. 200 m Ryggsim pojkar 14 år & ä
57. 4x50 m medley flickor 11 år & y
58. 4x50 m medley pojkar 11 år & y

Pass 4 – Söndag 23/5

59. 200 m frisim flickor 14 år & ä
60. 200 m frisim pojkar 14 år & ä
61. 100 m medley flickor 10 år & y
62. 100 m medley pojkar 10 år & y
63. 100 m medley flickor 11 år
64. 100 m medley pojkar 11 år
65. 100 m ryggsim flickor 14 år & ä
66. 100 m ryggsim pojkar 14 år & ä
67. 50 m ryggsim flickor 10 år & y
68. 50 m ryggsim pojkar 10 år & y
69. 100 m ryggsim flickor 11 år
70. 100 m ryggsim pojkar 11 år
71. 200 m bröstsim flickor 14 år & ä
72. 200 m bröstsim pojkar 14 år & ä
73. 4x50 m frisim flickor 11 år & y
74. 4x50 m frisim pojkar 11 år & y