



Välkommen till NM/Para-NM Open 2023, kortbana

Arrangör Härnösands Simsällskap.

Plats Härnösands Simhall, Brunnshusgatan 2

Bassäng 25 m, 7 banor, inomhus och eltidtagning.

Tävlingsdatum 15–17 december 2023.

Tävlingstider	Insim	Start
	Pass 1 Fredag 16.30 – 17.45	18.00
	Pass 2 Lördag 08.30 – 09.45	10.00
	Pass 3 Lördag 16.00 – 17.10	17.30
	Pass 4 Söndag 07.30 – 08.45	09.00
	Pass 5 Söndag 14.30 – 15.45	16.00

Avanmälan Avanmälningar görs i Tränarappen eller Swimify.
Sista tid för avanmälan är: Försökspassen samt pass 1: 90 min före passets start. Från försök till final senast 30 min efter respektive grens slut och när resultatet för grenen är officiellt.
Vänligen respektera tiden för avanmälan! Vid för sent inlämnad avanmälan uttages en avgift på 160:- enligt § 225 i SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser.

Avsimning/ vila Fredag: Möjlighet till avsimning finns i undervisningsbassängen, allmänhet har tillträde fram till kl. 19.30.
Lördag och söndag: Relaxavdelningen: Står till förfogande för avslappning eller uppladdning. Finns även möjlighet att få frisk uteluft via relaxen.
OBS, inget porslin eller glas på relaxavdelningen! I relaxavdelningen finns en larmad dörr med varningstext, ryck inte i den för då går larmet.

Betalning	Avgifter för starter och mat faktureras.
Filmning	NM- tävlingarna kommer att filmas av Freppo Media. Länk till sändningarna: https://youtube.com/playlist?list=PLbLosPP4A4p6ybY0m-mTxSjoaiuy7YHGg&si=EsDXJY9A7iEnZdA-
Funktionärsmöten	45 minuter innan start av respektive pass. Samling: Fredag tävlingsbyrån, lördag och söndag i relaxen.
Grenordning	Se inbjudan, Swimify och Live Timing.
Invigning	Lördagen den 16 december kl.17.10.
Kvaltider/period	Alla tävlande måste ha en registrerad tid i tempus för respektive gren.
Lagpris	Vandringspris går till bästa klubb. Poängberäkning sker enligt SSF § 311, motsvarande SM.
Lagsim	Sista tid för inlämnandet av laguppställning är 60 minuter innan respektive pass
Listor	NM kommer köras så papperslöst som möjligt. Tränare får utskrivna heatlistor, max 2 per klubb. Resultatlistor hängs upp på glasväggen till restaurangen. För övrigt hänvisas till Swimify och LiveTiming.
Mat	Biljetter för förbokade beställningar av måltider hämtas i tävlingsbyrån. Servering sker i anslutning till simhallen. Mycket viktigt att dessa lämnas vid respektive måltid.
Parasim	Direktfinaler pass 2 och 4. Placering beräknas enligt enligt WPS-poäng.
Priser	Prisutdelning enligt Heatlistan. Prisutdelning för Parasimmare kommer att ske direkt efter pass 2 och 4. Plaketter till placering 1–3. Pristagare samlas vid avbadningsbassängen.
Säkerhet	Information om säkerheten i byggnaden kommer att ges till alla närvarande på plats. Notera de utrymningsplaner som finns i alla lokaler i hallen.

HÄRNÖSANDS SIMSÄLLSKAP – NM/Para-NM Open 2023

Swimify	Tränare: Ladda ner SwimifyCoach, registrera och skicka uppgifter till: svenake.gustafsson@telia.com (se bilaga)
Taggar	P.g.a. att allmänheten har tillträde till anläggningen under fredagens pass måste alla deltagare då ha tillgång till taggar för inpassage. Delas ut/samlas in i tävlingsbyrån. OBS: Borttappade taggar debiteras 100kr.
Tekniskt möte	En representant per förening. Samling i tävlingsbyrån på fredag kl.17.00, samt lördag i relaxen kl.09.00.
Tränarfika	Inför försökspassen kommer fikabiljetter att delas ut till tränare i tävlingsbyrån. Fikat är i restaurangen.
Tävlingsbyrån	Har öppen 30 minuter innan insimmet startar till ca 30 min efter passens slut.
Vila/ egen mat	Möjlighet till vila på lördag och söndag finns i Sälenlokalen, en trappa ner, äta egen mat är möjligt i simhallen och i Sälen.
Upplysningar	
Tävlingen generellt	Hans Skoglund: hans.skoglund@msb.se Mobil: 070-325 03 08
Tävlingsledare	Christina Vosveld: christina.vosveld@harnosand.se Mobil: 070-340 10 46

VARMT VÄLKOMNA TILL NORRLÄNDSKA MÄSTERSKAPEN I HÄRNÖSAND 2023

HÄLSAR

MELLANNORRLANDS
SIMFÖRBUND

HÄRNÖSANDS
SIMSÄLLSKAP

NORRLANDS
SIMFÖRBUND