



HÄRNÖSANDS SIMSÄLLSKAP

inbjuder till:

HärnöSim 2026

Arrangör: Härnösands Simsällskap.

Plats: Härnösands simhall.

Bassäng: 25 m, 7 banor, inomhus och eltidtagning.

Tävlingsdatum: 7–8 november 2026.

			Insim	Start
Tävlingstider:	Pass 1	Lördag	08.30 – 09.45	10.00
	Pass 2	Lördag	14.30 – 15.45	16.00
	Pass 3	Söndag	08.30 – 09.45	10.00

Anmälan: www.tempusanmalan.se. Vid frågor om parasim kontakta svenake.gustafsson@telia.com

Sista anmälningsdag är torsdag 29 oktober 2026.

Avanmälan: Avanmälningar görs i Tränarappen eller Swimify. Sista tid för avanmälan är 60 min före passets start. Vänligen respektera tiden för avanmälan! Vid för sent inlämnad avanmälan uttages en avgift på 160kr enligt § 225 i SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser.

Avsimning/vila: Undervisningsbassängen kommer att stå till förfogande för avsimning, direkt efter loppen och relaxavdelningen för avslappning eller uppladdning. Finns även möjlighet att få frisk uteluft via relaxen.

Begränsning av starter: Härnösands simsällskap förbehåller sig rätten att begränsa antalet starter.

Betalning: Avgifter för starter, golvboende och mat faktureras.

Efteranmälan: Kan ske i mån av plats och mot dubbla startavgiften, senast 90 min före passets start.

Funktionärer: Vi kommer som vanligt att ha behov av funktionärer från gästande föreningar. Anmälan till: birgitta.westerlind@gmail.com.

Funktionärssamling: Sker 45 minuter innan passens start i motionssal på entréplan.

Grenordning:	Se sidan 4.
Extralopp	Efter pass 2 och 3, max 200 m. Fokus på de grenar som ej simmas under tävlingen.
Ledarfika:	Vi bjuder tränare/ledare på fika under tävlingspassen.
Ledarmöte:	En representant per förening, samling i motionssalen på entréplan, lördag kl. 09.00.
Logi:	Se alternativ på sidan 3.
Mat:	Anmälan - se måltidsbeställning sidan 3. OBS! Måste förbokas.
Priser:	Klass D: Deltagarmedaljer för alla samt heatpriser för plats ett. Medaljer delas ut under pass 3. Nytttopriser till plats 1-3 i lagkapp. Delas ut direkt efter grenen. Presentkort för plats 1-3 i klasserna A-C för de med högst Aquapoäng av 6 simmade grenar. Prisutdelning efter pass 3.
Startavgift:	25m: 50 kr/start, lagkapp: 100 kr/start, övriga starter: 80 kr/start
Startlista/PM:	Swimfy och på harnosim.se efter anmälningstidens utgång.
Resultat:	Kommer att hängas upp på glasväggen vid ingången till hallen.
Tävlingsbyrå:	Är bemannad 60 minuter före och 30 minuter efter varje pass.
Tävlingen generellt:	Birgitta Westerlind birgitta.westerlind@gmail.com Mobil: 070-191 75 14
Tävlingsledare	Christina Vosveld christina.vosveld@harnosand.se Mobil: 070-340 10 46

Måltider 130 kr/måltid

Måltider går att förbeställa för lördag lunch, lördag middag och söndag lunch. Dessa serveras på: Kochs restaurang & bar, Skeppsbron 9, First Hotel Stadt. Priset inkluderar sallad, bröd, måltidsdryck & kaffe/te.

Menyn kommer presenteras i kommande PM.

Vegetariska alternativ samt alternativ för specialkost erbjuds men behöver förbeställas.

Matlådor 85 kr

Det finns även möjlighet att beställa matlådor för lördag lunch och söndag lunch. Dessa hämtas i fiket på simhallen och intas på valfri plats.

Meny: Pastasallad med kyckling eller skinka & ost. Vegetariskt alternativ: Grekisk sallad.

Beställning mat

All måltidsbeställning mailas till helena.zetterberg@maklarhuset.se i samband med anmälan den 29 oktober.

Förslag på logi:

HSS erbjuder golvboende på skola. Kostar 1 000 kr per sal och natt. Frukost för 60 kr per person, serveras på skolan. Bokning mailas till helena.zetterberg@maklarhuset.se

www.hernoginhotell.se Hotellet erbjuder 15% rabatt på rumspriser. Ange bokningskod "härnösim". Koden är aktiverad för datumen 7-8/11 och man kan välja att bo en eller två nätter.

<https://www.harnosand.se/mittharnosand/upplev-harnosand/boende.html>

[Erbjudanden Hotell City](#) C:\Users\Birgitta\Desktop\Inbjudan HärnöSim 2026.docx

Åldersklasser:

A: 17 år och äldre (f. 09 o tidigare)

B: 15 och 16 år (f. 10 o 11)

C: 13 och 14 år (f.12 o 13)

D: 12 år och yngre,

fortsättningsregler

Lördag 7/11	Lördag 7/11	Söndag 8/11
Start kl.10.00	Start kl.16.00	Start kl. 10.00
1. 25 frisim Mixed, D 2. 200 medley Damer A-C 3. 200 medley Herrar A-C 4. 200 medley Mixed, D 5. 50 ryggsim Damer, A-C 6. 50 ryggsim Herrar, A-C 7. 50 ryggsim Mixed, D PAUS 8. 25 fjäril Mixed D 9. 200 bröst Damer, A-C 10. 200 bröst Herrar, A-C 11. 200 bröst Mixed, D 12. 400 fritt Damer, A-C 13. 400 fritt Herrar, A-C 14. 50 fjäril Damer, A-C 15. 50 fjäril Herrar, A-C 16. 50 fjäril Mixed, D 17. 4x100 fritt Damer, A-C 18. 4x100 fritt Herrar, A-C 19. 4x50 fritt Mixed, D	20. 25 bröstsim Mixed, D 21. 400 medley Herrar A-C 22. 400 medley Damer A-C 23. 100 ryggsim Herrar A-C 24. 100 ryggsim Damer A-C 25. 100 ryggsim Mixed, D PAUS 26. 25 ryggsim Mixed D 27. 200 fjäril Herrar, A-C 28. 200 fjäril Damer, A-C 29. 50 bröst Herrar, A-C 30. 50 bröst Damer, A-C 31. 50 bröst Mixed, D 32. 200 fritt Herrar, A-C 33. 200 fritt Damer, A-C 34. 200 fritt Mixed, D Extralopp	35. 800 fritt Damer, A-C 36. 800 fritt Herrar, A-C 37. 50 fritt Damer, A-C 38. 50 fritt Herrar, A-C 39. 50 fritt Mixed, D 40. 100 ryggsim Damer A-C 41. 100 ryggsim Herrar, A-C 42. 100 bröstsim Mixed, D PAUS 43. 100 fjäril Damer, A-C 44. 100 fjäril Herrar, A-C 45. 200 ryggsim Damer, A-C 46. 200 ryggsim Herrar, A-C 47. 100 fritt Damer, A-C 48. 100 fritt Herrar, A-C 49. 100 fritt Mixed, D 50. 4x100 medley Damer, A-C 51. 4x100 medley Herrar, A-C 52. 4x50 medley Mixed, D Extralopp

HSS uppmanar deltagande föreningar att resa så klimatsmart som möjligt!
SJs erbjudande för föreningar

VÄL MÖTT/HSS