



Det ska vara roligt att tävla! Utmanaren är tävlingen där alla tävlar mot sig själva och sina egna tider. Konceptet är framtaget av Svensk Simidrott och vi i Uddevalla Sim introducerade under start hösten 2023.

Utmanaren – Tävlingen där alla är vinnare!

Utmanaren det första tävlingsmomentet deltagaren kommer i kontakt med, därför kan det vara viktigt att på ett lekfullt sätt introducera tävlingsmomenten för deltagaren för att på så sätt bygga upp självförtroende och lust till fortsatta tävlingsmoment.

Vad ingår i konceptet och hur ser det ut?

Alla deltagare tävlar mot sig själva och sina egna tider. För varje distans finns det utsatta stipulationstider i nivåerna brons, silver och guld. Alla deltagare erhåller ett ark med stipulationstiderna via mail och varje gång en nivå uppnåtts får deltagaren en stjärna i samband med utmanarsimmet, Stjärnan klistras på bredvid den avklarade stipulationstiden. Därför Behöver barnen ha med sina ark vid varje utmanarsim. Tävlingen är indelad i två nivåer, gröna utmanaren och gula utmanaren.

På gröna utmanaren så tillämpas inga regelverk och ingen deltagare kan bli diskad medan på gula utmanaren tillämpas ett enklare regelverk där du endast kan diskas på uppenbara felaktigheter så som tjuvstart, fel simsätt eller inte vidrört väggen vid start eller målgång.

Till varje nivå finns det utmanarmedaljer.

I nivån gröna utmanaren erhåller deltagaren en grön medalj när 4st stipulationstider i guld har uppnåtts.

I nivån gula utmanaren erhålls den gula medaljen när 4st stipulationstider i guld samt två i brons har uppnåtts.

Vid avslutad tävling erhåller alla deltagare ett Utmanardiplom där de samlar stjärnor när de uppnått de olika tiderna. Utöver detta så bjuder vi alla deltagande barn på piggelin. Ni kan redan nu tjuvkika på designen på diplomerna på vår hemsida under tävlingar/ Utmanaren.



VAR: Walkesborgsbadet, Uddevalla

NÄR: Söndagen den 17/3

HÅLLTIDER:

07:50:00 Insläpp

08:10 Samling vid plaskbassängen

08:30 Inmarch för deltagare och tränare

10:40 Utdelning av glass & eventuella medaljer

10:50 Slut!

BRA SAKER ATT TA MED: Handduk, Uddevalla Sim t-shirt, shorts, vattenflaska, simglasögon och badmössa.

VEM HJÄLPER SIMMARNÄ?

Vi kommer vara många ledare på plats som hjälper barnen med bl.a. simglasögon, badmössor, komma i tid till sin start osv.

FÄR FÖRÄLDRAR KOLLA?

Det finns en begränsning med maximalt 300 personer i simhallen och för att så många barn som möjligt ska få möjlighet att simma kommer vi begränsa det till en vuxen/ deltagande barn.

ÖVRIGT: Vi kommer ha en mindre försäljning av Uddevalla Sim Utmanarsim tröja, badmössor, glasögon samt lite badkläder!

För att vi skall kunna genomföra denna tävling behöver vi hjälp utav er föräldrar! Vi behöver hjälp med tidtagning. Det krävs inga förkunskaper utan bara intresserade föräldrar!

För att kunna arrangera utmanarsim behöver vi hjälp av minst 8 föräldrar.

Mejla oss vad ni kan hjälpa till med på info@uddevallasim.se

UTMANAREN

NAMN: _____

Gröna utmanaren

		Brons		Silver		Guld
25 m ryggsim	☐	Genomföra	☐	0.31	☐	0.28
25 m crawl	☐	Genomföra	☐	0.29	☐	0.26
25 m bröstsim	☐	Genomföra	☐	0.34	☐	0.30
25 m fjärilsim	☐	Genomföra	☐	0.29	☐	0.26

Gula utmanaren

		Brons		Silver		Guld
50 m ryggsim	☐	1.05.0	☐	1.00.0	☐	0.57
50 m crawl	☐	0.59	☐	0.54	☐	0.51
50 m bröstsim	☐	1.10.0	☐	1.05.0	☐	1.02.0
50 m fjärilsim	☐	1.03.0	☐	0.58	☐	0.54
100 m medley	☐	Genomföra	☐	1.30.0	☐	1.25.0
100 m ryggsim	☐	1.38.0	☐	1.30.0	☐	1.24.0
100 m crawl	☐	1.26.0	☐	1.19.0	☐	1.13.0
100 m bröstsim	☐	1.50.0	☐	1.40.0	☐	1.32.0
100 m fjärilsim	☐	1.37.0	☐	1.29.0	☐	1.25.0
200 m medley	☐	Genomföra	☐	3.35.0	☐	3.18.0