



Luleå Simsällskap bjuder in till Utmanaren

Onsdag 3/12 - 2025
Pontusbadet



Luleå Simsällskap har härmed nöjet att bjuda in er till **Utmanaren!**
Utmanaren är en tävling för nybörjare och de som tränat ett tag för att prova på tävlingsmoment och följa sin utveckling

Regelverk och sträckor

Utmanaren går under nybörjartävling. Ledare och funktionärer bryr sig inte om vem som kommer först och det sker inga diskningar. Man får en tid, men det är bara för ens egen skull, resultatlistan presenteras bara alfabetiskt.

Simmarna börjar med att simma 25m. På varje simsätt finns 3 nivåer, brons, silver och guld. När guldtiden är uppnådd på 25m övergår simmaren till 50m och sedan på samma sätt till 100m.

Respektive tränare bedömer var simmarna ligger tidsmässigt och anmäler dem på den sträcka som innebär en utmaning. Om t.ex. simmaren anmäls på 50m frisim innebär det att tränaren gjort bedömningen att denne klarat guldtiden på 25m frisim. Detta innebär att en simmare som aldrig simmat utmanaren kan hoppa över 25m och simma 50m direkt för att det skall bli en **UTMANING**.

TÄVLINGSPLATS	Pontusbadet 25 meters bassäng. Tävlingen kommer att simmas på 5 banor
TÄVLINGSTIDER	Onsdag 2025-12-03. Insim kl. 17:00, tävlingsstart kl. 17:30.
STARTAVGIFT	50 kr/simmare. Faktureras klubbarna
ANMÄLAN	Varje simmare får delta i MAX 2 grenar utifrån de tider simmaren klarat, se bifogad sammanställning

ANMÄLAN Anmälan via <https://www.tempusanmalan.se/>. **Sista anmälningdag söndag 30/11.**

EXTRALOPP När alla tre pokaler är vunna fortsätter man att simma i ordinarie grenar för att om möjligt slå sina egna personliga rekord. Om man då vill simma gren som inte finns i grenordningen finns i mån av tid möjlighet till extralopp valfritt simsätt max 200 m som begärs av tävlingsledaren.

DIPLOM Tränaren begär in diplom till de simmare som tidigare simmat i Utmanaren. För LSS gäller att diplomerna ska finnas i postlådan i Pontusbadets foajé **senast måndag 1/12**. Övriga klubbar lämnar in dem i sekretariatet senast 17.00 på tävlingsdagen.

Simmare som simmade utmanaren och inte lämnat in sitt Diplom kommer inte att få något nytt. Respektera ovanstående tider då det krävs en del arbete med att färdigställa diplom

PRISER Diplom till alla utmanaren deltagare. Pokal till de som klarat en nivå.

RESULTAT Resultat från tidigare Utmanare hittas på Luleå simsällskaps hemsida under Tävlingar, egna arrangemang, utmanaren, resultat utmanaren

STRYKNINGAR Ska vara inlämnade senast 45 minuter innan tävling

EFTERANMÄLNINGAR

Klockan 17.15 vid lilla bassängen. Varje klubb får gärna bidra med en funktionär. Denne behöver inte vara utbildad. Det är ett utmärkt tillfälle att pröva på funktionärens roll.

FUNKTIONÄRSMÖTE

50 SEK/start faktureras klubbarna. Senast 16.45

HEATLISTOR Varje klubb får 2 ex.



OMKLÄDNING Skåp. Lämna inga värdesaker i omklädningsrummen, arrangören ansvarar inte för förlorade effekter. Ta med hänglås till skåpen!

INFORMATION Kontakta Tävlingskommitten om frågor: Susanne Kangas Kooy (076-766 5887)

GRENORDNING

1. 200m frisisim
2. 100m frisisim
3. 50m frisisim
4. 25m frisisim
5. 100m medley
6. 200m medley
7. 25m ryggsim
8. 50m ryggsim
9. 100m ryggsim
- 10.200m ryggsim

