PM US-CUPEN 2024



US-CUPEN lördagen den 2 mars 2023

Walkesborgsbadet, Uddevalla (25m 8 banor)

Varmt välkomna till Uddevalla och US-cupen 2024.

Dörren till simhallen öppnar 07:40!

Tävlingstider:	**Insim**	**Tävlingsstart**
Pass 1	08:00	09:00
Pass 2: 14:45)	30min efter sista gren	1,5h efter pass 1 slut (Preliminärt
Tävlingsklasser:	Flickor & Pojkar 13år & äldre	
	Flickor & Pojkar 12 år & yngre	

Efteranmälan: Kan göras till och med den 28/2 kl 23:00 mot dubbel startavgift och i mån av plats. Därefter tas inga efteranmälningar emot.

Deltagarlistor: Hittar ni på livetiming.se samt Swimify - US-cupen 2024

Strykningar: Strykningar görs med fördel via stryknings/tränar-APP. Ladda ned denna via http://app.livetiming.se. Inloggning och lösen erhålles via mail i början av nästa vecka samt på plats. Strykningar ska göras senast fredagen 1/3 17:00

Lag: Lagkapperna skall vara minst en flicka och en pojke sen är det fritt att välja. Lagkapperna är mixade och kan innehålla simmare från alla åldrar. Då lagkapperna är mixade åldrar kommer den ha regelverk som en fortsättningstävling.

Vi behöver ha lagkappsuppställningarna så snart som möjligt. Vi önskar ni mailar preliminära laguppställningar till niklas@uddevallasim.se senast fredag 1/3. Korrigeringar som krävs justeras under tävlingen på lördag.

Lunch: Vi erbjuder lunch på Harrys i Uddevalla för 110kr/ person, bokas senast 26/2 via mejl till Caroline@uddevallasim.se

Priser: Deltagarmedalj och nyttopriset för 12 år & yngre klassen

Medaljer till 1-3 i respektive gren för 13år & äldre klassen

,

Heatlista: Anslås i simhallen samt att deltagande föreningar får i klubbfacken. Klubbfacken hittar ni i simhallen intill café delen.

Ledarmöte: Lördagen den 2/3 klockan 08.00, en ledare från varje förening samlas vid undervisningsbassängen!

Omklädningsrum: Skåpen låses med hänglås. Försök att undvika trängsel!

Callroom: Vi kommer att ha ett Callroom vid undervisningsbassängen där vi ropar upp varje heat.

Diskningar: Tränare kan få ut diskningsprotokoll om så önskas.

Avsimning: Sker i undervisningsbassängen enbart!

Regler: Simmare i klassen 12år &yngre kommer ha regelverk för fortsättningstävling med lite regler, ex diskning vid grov tjuvstart) medan simmare i klassen 13år & äldre kommer ha fullt regelverk.

Försäljning: Vi kommer ha lättare fika försäljning inne i cafédelen samt försäljning av Arena produkter.

Preliminära tidsprogram: Finns längst bak i detta PM.

Grenordning:

Pass 1:

1. 50m benspark Pojkar 13år & äldre
2. 50m benspark Flickor 13år & äldre
3. 50m benspark Pojkar 12år & yngre
4. 50m benspark Flickor 12år & yngre
5. 100m bröstsim Pojkar 13år & äldre
6. 100m bröstsim Flickor 13år & äldre
7. 50m Bröstsim Pojkar 12år & yngre
8. 50m bröstsim Flickor 12år & yngre
9. 100m frisim Pojkar 13år & äldre
10. 100m frisim Flickor 13år & äldre
11. 50m frisim Pojkar 12år & yngre
12. 50m frisim Flickor 12år & yngre
13. 100m Medley Pojkar 13år & äldre
14. 100m Medley Flickor 13år & äldre
15. 100m Medley Pojkar 12år & yngre
16. 100m Medley Flickor 12år & yngre
17. 4 x 50 m frisim mix

Pass 2:

18. 25m Fjärilsim Pojkar 12år & yngre
19. 25m Fjärilsim Flickor 12år & yngre
20. 50m frisim Pojkar 13år & äldre
21. 50m frisim Flickor 13år & äldre
22. 100m frisim Pojkar 12år & yngre
23. 100m frisim Flickor 12år & yngre
24. 100m ryggsim Pojkar 13år & äldre
25. 100m ryggsim Flickor 13år & äldre
26. 50m ryggsim Pojkar 12år & yngre
27. 50m ryggsim Flickor 12år & yngre
28. 50m fjärilsim Pojkar 13år & äldre
29. 50m fjärilsim Flickor 13år & äldre
30. 50m Fjärilsim Pojkar 12år & yngre
31. 50m Fjärilsim Flickor 12år & yngre
32. 4 x 50 m medley mix
33.

Tidsprogram:

Tidsprogram

US-cupen 2024

Plats: Walkesborgsbadet
Bassäng: 25m
Arrangör: Föreningen Uddevalla Sim
Tävlingsdatum: den 2 mar 2024 till den 2 mar 2024

Pass 1, insim 08:00, tävlingsstart 09:00

Start	Längd	Gren		Antal heat
09:00		1	4x50 frisimsben Mixed Final	2
09:09		2	100m Bröstsim pojkar 13oä Final	4
09:20		3	100m Bröstsim flickor 13oä Final	5
09:35		4	50m Bröstsim pojkar 12oy Final	7
09:51		5	50m Bröstsim flickor 12oy Final	10
10:14		6	100m Frisim pojkar 13oä Final	5
10:26		7	100m Frisim flickor 13oä Final	8
10:46		8	50m Frisim pojkar 12oy Final	7
11:01		9	50m Frisim flickor 12oy Final	11
11:24		10	100m Medley pojkar 13oä Final	4
11:35		11	100m Medley flickor 13oä Final	5
11:49		12	100m Medley pojkar 12oy Final	3
11:59		13	100m Medley flickor 12oy Final	6
12:18		14	200m Frisim pojkar 13oä Final	2
12:26		15	200m Frisim flickor 13oä Final	3
12:39		16	4x50m Frisim Mixed Final	4

Passet slut: **12:56**

Vi kommer lägga in 10minuters paus/ prisutdelning under mitten av pass 1 samt en prisutdelning i slutet av pass 1, vi kommer lägga upp uppdaterade tidsprogram för båda passen på livetiming under morgondagen!

Pass 2: Preliminär starttid 14:45 och preliminärt slut 18:00