

**Tävling: Löken****Datum:** 7-8/3-2026**Plats:** Lund Högevallsbadet  
ANSVARIGA PÅ REPEKTIVE PASS**Pass 1** Emmy 0761885066**Pass 2** Emmy 0761885066**Tränare** Torsten 0701193516**Startlista:** [Swimify - Löken - Lunds öppna knattemästerskap](#)

Följ länken. Där kan se ett preliminärt tidsschema när varje gren går!

**Klädsel:** VNSK profilkläder

VNSK Badmössa

**Mat:** Vi lämnar godis och sötsaker hemma. Återhämtningsmål så som mackor, frukt, yoghurt och liknande är bättre att ha med!**Band:**  
För att kunna låsa sitt skåp måste man hämta ett band av en tränare. När man ska hem igen MÅSTE man lämna tillbaka ett band till en tränare. Om ett band försvinner står simmaren för den kostnaden. Tränare för vnsk kommer stå i foajen från kl 8:20-8:35 kommer man efter de får man hitta en tränare i simhallen för att få ett band. **07:55-08:10delas band ut LÖRDAG****Vid återbud kontakta ANSVARIG snarast**

Kör Hårt och lycka till!

|                            | Pass 1       | Pass 2 |
|----------------------------|--------------|--------|
| <b>SAMLING I SIMHALLEN</b> | <b>07:55</b> | 08:25  |
| Insim                      | <b>08:00</b> | 08:30  |
| Första Start               | <b>09:00</b> | 09:30  |

| Grenar                  | 1-10        | 11-20 |
|-------------------------|-------------|-------|
| Alma Fex                | 1, 3, 5     |       |
| Eric Hulteberg          | 2, 8, 10    |       |
| Viola Gustafsson Manhag | 4, 8, 10    |       |
| Eugenia Ekelund         | 4, 8, 10    |       |
| Charlie Thente          | 4, 8, 10    |       |
| Lima Jeppsson           | 2, 6, 10    |       |
| Edvin Carlnevik         | 2, 8, 10    |       |
| Athena Forsberg         | 4, 6, 10    |       |
| Alva Persson            | 2, 6, 8, 10 |       |
| Lale Bayraktar          | 1, 5, 7, 9  |       |
| Siri Emilsson           | 1, 3, 5, 9  |       |
| Thea Kihlberg Persson   | 1, 3, 5, 9  |       |
| Marius Ziegler          | 1, 5, 7, 9  |       |
| Linnea Lydén            | 1, 3, 7, 9  |       |
| Elise Sögaard           | 2, 4, 8, 10 |       |
| Bill Sjögren            | 1, 5, 7, 9  |       |

|                    |            |                    |
|--------------------|------------|--------------------|
| Alma Andersson     |            | 12, 14, 18, 20     |
| Saga Broman        | 1, 3, 7, 9 |                    |
| Henry Nilsson      | 1, 3, 7, 9 |                    |
| Siri Renlund       | 1, 3, 7, 9 |                    |
| Meja Sjöberg       |            | 12, 14, 18, 20     |
| Erik Jacobsson     |            | 12, 14, 16, 18     |
| Ludvig Björkstrand |            | 12, 14, 18, 20     |
| Emmi Petersson     |            | 12, 14, 16, 18     |
| Julia Holmqvist    | 1          |                    |
| Nadine Al-dujaily  | 1, 5       |                    |
| Leyla Bayraktar    |            | 12, 14, 16, 18     |
| Älva Freij         | 1, 3, 5, 7 |                    |
| Loke Tiliander     |            | 12, 14, 16         |
| Joel Ralling       | 1, 5, 7, 9 |                    |
| Matilda Stiber     |            | 12, 14, 16, 18, 20 |
| Alicia Forsberg    | 3, 5, 9    |                    |
| Emma Siminic       | 1, 5       |                    |

### Lördagen 7 mars

### Söndagen 8 mars

#### **Pass 1**

**Insim 08.30 Start 09.30**

|        |              |          |
|--------|--------------|----------|
| Gren 1 | 100 frisim   | mixed 11 |
| Gren 2 | 100 frisim   | mixed 12 |
| Gren 3 | 100 bröstsim | mixed 11 |
| Gren 4 | 100 bröstsim | mixed 12 |

Paus

|         |              |          |
|---------|--------------|----------|
| Gren 5  | 100 ryggsim  | mixed 11 |
| Gren 6  | 100 ryggsim  | mixed 12 |
| Gren 7  | 50 fjärilsim | mixed 11 |
| Gren 8  | 50 fjärilsim | mixed 12 |
| Gren 9  | 100 medley   | mixed 11 |
| Gren 10 | 100 medley   | mixed 12 |

#### **Pass 2**

**Insim 08.30 Start 09.30**

|         |             |                   |
|---------|-------------|-------------------|
| Gren 11 | 50 frisim   | mixed 9 och yngre |
| Gren 12 | 50 frisim   | mixed 10          |
| Gren 13 | 50 bröstsim | mixed 9 och yngre |
| Gren 14 | 50 bröstsim | mixed 10          |

Paus

|         |              |                   |
|---------|--------------|-------------------|
| Gren 15 | 50 ryggsim   | mixed 9 och yngre |
| Gren 16 | 50 ryggsim   | mixed 10          |
| Gren 17 | 25 fjärilsim | mixed 9 och yngre |
| Gren 18 | 25 fjärilsim | mixed 10          |
| Gren 19 | 75 medley *  | mixed 9 och yngre |
| Gren 20 | 75 medley *  | mixed 10          |

\* 75 medley är utan fjärilsim