



Inbjuder härmed till
Seriesim div 4, omgång 4

Deltagande klubbar

Höganäs SS	Bana 2
Klippan SS	Bana 3
S71	Bana 4
Eslöv SS	Bana 5

Datum Söndag den 29 mars 2020

Tävlingsplats Höganäs Sportcenter, Friluftsvägen 10, Höganäs, 25m x 6 banor

Tävlingstid Insim, kl. 9.00-9.50
Tävlingsstart, 10.00

Tränarmöte Kl. 9.15 i Höganäs sportcenter konferensrum

Anmälan Anmälan görs via TEMPUS. Anmälan skall vara Höganäs Simsällskap tillhanda senast onsdag den 25/3 2020.

Strykningar Strykningar lämnas senast en timme innan starten för passen.

Laguppställningar Laguppställningar för gren 1 och 2 lämnas senast en timme innan starten för passen. Laguppställningar för gren 27 och 28 lämnas senast i pausen efter gren 14.
Lagkapp 4x50m medley: en simmare från vardera åldersklassen 15, 14, 13 och 12 år. Äldre simmare får ersättas av yngre.
Lagkapp 5x50m frisisim: en simmare från vardera åldersklassen 15, 14, 13, 12 och 11 år. Äldre simmare får ersättas av yngre.
Simmare som gått upp en eller två åldersklasser individuellt får simma i sin egen ålder i lagkapp.

Avsimning Sker på aviserade banor i "gamla" 25:an.

Kontakt/frågor Ring 073-9871938 eller maila till tavling@hoganassimsallskap.se.



GRENORDNING

Gren 1	4x50m medley fl 15, 14, 13, 12 år
Gren 2	4x50m medley po 15, 14, 13, 12 år
Paus 5 min	
Gren 3	50m frisim fl 11 år o y
Gren 4	50m frisim po 11 år o y
Gren 5	100m frisim fl 12-13 år
Gren 6	100m frisim po 12-13 år
Gren 7	100m frisim fl 14-15 år
Gren 8	100m frisim po 14-15 år
Gren 9	50m bröst fl 11 år o y
Gren 10	50m bröst po 11 år o y
Gren 11	100m bröst fl 12-13 år
Gren 12	100m bröst po 12-13 år
Gren 13	100m bröst fl 14-15 år
Gren 14	100m bröst po 14-15 år
Paus 15 min	
Gren 15	50m rygg fl 11 år o y
Gren 16	50m rygg po 11 år o y
Gren 17	100m rygg fl 12-13 år
Gren 18	100m rygg po 12-13 år
Gren 19	100m rygg fl 14-15 år
Gren 20	100m rygg po 14-15 år
Gren 21	25m fjärl fl 11 år o y
Gren 22	25m fjärl po 11 år o y
Gren 23	50m fjärl fl 12-13 år
Gren 24	50m fjärl po 12-13 år
Gren 25	50m fjärl fl 14-15 år
Gren 26	50m fjärl po 14-15 år
Paus 5 min	
Gren 27	5x50m frimsim fl 15, 14, 13, 12 år, 11 år o y
Gren 28	5x50m frisim po 15, 14, 13, 12 år, 11 år o y

Välkomma
Höganäs Simsällskap!