

# Södertörns Simsällskap

GLÄDJE - GEMENSKAP - HÅLLBART - MOD



Har nöjet att bjuda in till en fullspäckad tävlingshelg med två olika upplägg. Under **dag 1** kommer succéupplägget från våren 2022 "Sarah Sjöström knattsim" tillbaka men med nytt namn. Nya roliga grenar och tävlingsupplägg med ett enklare regelverk för nybörjare.

**Dag 2** är det dags för ordinarie regelverk för det äldre och mer erfarna simmarna!

## Sarah Sjöström meet



**Sarah Sjöström**  
MEET

Lördag och söndag 11-12 februari 2023

## Allmän information Sarah Sjöström meet lördag 11 februari, dag 1

<b>Plats</b>	Torvalla simhall, Dalarövägen 66, 136 45 Handen
<b>Bassäng</b>	25 metersbassäng, 8 banor.
<b>Tider</b>	Tävlingen avgörs under två pass. Pass 1: Insim 08:00      Tävlingsstart 09:00 Pass 2: Insim 14:00      Tävlingsstart 15:00
<b>Åldersklasser</b>	Ca 13 år och yngre i enlighet med svensk Simidrotts <b>fortsättningstävling</b> . Målgruppen är nybörjare som är mogna att ta nästa steg mot fullständigt regelverk. Tävlingen tillämpar ett enklare regelverk med diskningar på färre grunder än vid fullständigt regelverk.
<b>Regler</b>	Diskvalifikation sker enbart om den tävlande:
<b>&amp; Utförande</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gjort en grov tjuvstart- Dvs påbörjat frånskjut från pallen innan starten går. En liten rörelse ger inte någon diskvalifikation.</li> <li>• Simmat fel simsätt</li> <li>• Ej vidrört vägg vid vändning eller målgång</li> <li>• Gjort frånskjut från botten</li> <li>• Dragit i linan</li> <li>• Hindrat en medtävlande</li> </ul>
	Utförda starter, simningar, vändningar eller målgång som skulle innebära diskning på en tävling med fullständigt regelverk, meddelas av funktionär till den aktives tränare.
	Pojkar och flickor deltar i samma gren (mixed klass) Resultatlistor kommer att presenteras i bokstavsordning. Resultatlistorna sätts upp i hallen och publiceras på Livetiming.
<b>Grenordning</b>	Nya spännande grenar som tex benspark, kick med fenor och frisim med räkning av armtag. Till alla föräldrar som någon gång råkat säga " <i>jag hade kunnat simma snabbare</i> " Gren 7 är för er.
<b>Sanktion</b>	Tävlingen är sanktionerad och tiderna kommer att registreras på Tempus.
<b>Anmälan</b>	Anmälan gör via tempus anmälan. Senast fredag 3 februari .
<b>Efteranmälan</b>	Sker i mån av plats. Senast torsdag 9 februari.
<b>Startavgifter</b>	Individuell start 55 kr. Lagkapp och föräldrarsim är gratis.
<b>Priser</b>	Alla deltagare kommer få ett pris. Prisutdelning sker efter tävlingens sista gren.
<b>Heatlistor</b>	Kommer att delas ut till tränare och sätts upp i simhallen samt publiceras på Livetiming.
<b>Upplysningar</b>	Södertörns kontaktperson nås på <a href="mailto:tavling@sodertornsim.se">tavling@sodertornsim.se</a>



Sarah Sjöström  
MEET



Sarah Sjöström  
MEET



Sarah Sjöström  
MEET



Sarah Sjöström  
MEET

<b>Allmän information Sarah Sjöström meet söndag 12 februari, dag 2.</b>	
<b>Plats</b>	Torvalla simhall, Dalarövägen 66, 136 45 Handen
<b>Bassäng</b>	25 metersbassäng, 8 banor.
<b>Tider</b>	Tävlingen avgörs under två pass. Pass 1 Insim 08:00      Tävlingsstart 09:00 Pass 2 Insim 14:00      Tävlingsstart 15:00
<b>Åldersklasser</b>	A: Öppen klass 17 år och äldre (2006 och äldre) B: 15-16 år (2007-2008) C: 13-14 år (2009-2010) D: 12 år och yngre mixed (2011)
<b>Regler</b>	Fina regler tillämpas
<b>Sanktion</b>	Tävlingen är sanktionerad av Stockholms simförbund
<b>Anmälan</b>	Anmälan gör via tempus anmälan. Senast fredag 3 februari .
<b>Begränsningar</b>	Södertörns Simsällskap förbehåller sig rätten att begränsa antal starter och deltagare så att passens totala längd inte är över 3,5 timmar
<b>Startavgifter</b>	Individuell start 65 kr DNS 300 kr/start
<b>Priser</b>	Medaljer till placering 1-3 i åldersklass A, B, C. Alla deltagare i klass D erhåller deltagarmedalj.
<b>Resultat</b>	Kommer att sättas upp i simhallen samt uppdateras på Livetiming.
<b>Heatlistor</b>	Kommer att delas ut till tränare, sättas upp i simhallen och publiceras på Livetiming.
<b>Upplysningar</b>	Södertörn Simsällskaps kontaktperson nås på <a href="mailto:tavling@sodertornsim.se">tavling@sodertornsim.se</a>



**Sarah Sjöström**  
MEET



**Sarah Sjöström**  
MEET



**Sarah Sjöström**  
MEET



**Sarah Sjöström**  
MEET



VÄLKOMNA!



**Sarah Sjöström**  
MEET