

Tävlings PM

Plats	Huvudstabadet 50 meter, Solna (OBS! Utomhusbassäng).
Arrangör	SS04, Solna Sundbyberg Simsällskap 04
Datum	Lördag den 18 juni
Tider	14:50 Insläpp på badet 15:00- 16:00 Insim 16:10 Tävlingsstart ca 19:30
Åldersklasser	Inga åldersklasser, utan endast en öppen flick-/damklass och öppen pojk-/herrklass. Tävlingen är sanktionerad.
Priser	Alla deltagare i Somnardoppet kommer vara med i lottdragning och därmed chans att vinna ett pris. Lottdragningar sker under tävlingen.
Strykningar	Strykningar och eventuella ändringar görs i första hand via http://app.livetiming.se/ annars direkt till sekretariatet senast en timme före tävlingsstart. Inloggningsuppgifter skickas per e-mail separat.
Extralopp	Om det finns önskemål om att anmäla ytterligare Extralopp går det att göra till Tavling@ss04.se fram till fredag 17 juni kl.12:00.
Avsim	Tyvärn finns ingen separat avsimningsbassäng. Avsim kommer erbjudas i 10 minuterspausen samt efter avslutad tävling.
Heatlistor	Heatlistor publiceras på livetiming.
Tränarsamling	En timme innan tävlingsstart (15:10), bakom sekretariatstället.
Hängande start	Vi tillämpar hängande start i alla simsätt.
Resultat	Publiceras på Livetiming.
Läktare	Läktardelen vid Huvudsta är väldigt liten. Ett tips kan vara att ta med din sköna campingstol, brassestolen eller den härliga filten. Även regnskydd är begränsat, så kläder efter väder.
Transport	Tunnelbana, närmsta station är Huvudsta. Parkering finns vid badet. Notera parkeringsskyltarna.
Omklädning	Omklädningsrum finns med dusch och bastu. Det finns inga skåp, så kläder kan ej låsas in i omklädningsrummen.
Café/Mat	Det finns ett café på badet, men ingen restaurang.
Frågor	Tas emot via e-post på: tavling@ss04.se eller till SS04 kansli 08-837989. Kontaktperson under lördagen är: Eva-Karin Fridsell 0735337371.

Program

Pass 1

Gren 1 100 fjärilsim Damer
Gren 2 100 fjärilsim Herrar
Gren 3 100 frisim Damer
Gren 4 100 frisim Herrar
Gren 5 50 ryggsim Damer
Gren 6 50 ryggsim Herrar
Gren 7 50 bröstsim Damer
Gren 8 50 bröstsim Herrar
Gren 9 200 ryggsim Damer
Gren 10 200 ryggsim Herrar
Gren 11 200 bröstsim Damer
Gren 12 200 bröstsim Herrar
Extralopp 1 (400,800m) Damer
Extralopp 2 (400,800m) Herrar

10 minuters paus

Pass2

Gren 13 100 ryggsim Damer
Gren 14 100 ryggsim Herrar
Gren 15 100 bröstsim Damer
Gren 16 100 bröstsim Herrar
Gren 17 50 fjärilsim Damer
Gren 18 50 fjärilsim Herrar
Gren 19 50 frisim Damer
Gren 20 50 frisim Herrar
Gren 21 200 medley Damer
Gren 22 200 medley Herrar
Gren 23 200 frisim Damer
Gren 24 200 frisim Herrar
Extralopp 3 (200 fj,400m) Damer
Extralopp 4 (200 fj,400m) Herrar

**** Tävlingsavslut ***

Välkomna!