



Sösdala Simsällskap inbjuder till



Sösdala Cup 2013

Söndagen den 8 december

- Plats:** Sösdala simhall. 25 m bassäng med 4 banor.
- Åldersklasser:** 10 år o y (-03)
11-12 år (01-02)
13-14 år (00-99)
15 år o ä (98-)
- Tider:** Pass 1 Insim kl.08.00. Start kl. 09.00.
Pass 2 Insim kl.13.00. Start kl. 14.00.
- Anmälan:** Göres senast den **24 november** med anmälningsfil Wingrodan via e-mail till sss@globalnet.net
- Startavgift:** 50:- per start. Räkning skickas ut till deltagande klubb.
- Deltagarantal:** För att kunna hålla max 3 timmar per pass kommer antalet heat vid behov att begränsas.
- Startlista:** Sätts ut på Sösdala SS hemsida under vecka 48.
Deltagande klubb via email under vecka 48.
- Priser:** Ålder 0-12 år (förm) Priser till plats 1-6
Ålder 13-99 år (efterm) Priser till plats 1-3
Heatpriser lottas ut i varje heat
- Alliansen:** Pris till de 3 bästa klubbarna under året som gått
1:a 15.000 kr
2:a 8.000 kr
3:e 4.500 kr
Prisutdelning till de 3 bästa klubbarna sker efter tävlingens slut då dom sista poängen räknats ihop.
Prispengarna delas ut i form av en ”check”
- Strykningar:** Göres på strykningslistor och lämnas till sekretariatet senast kl. 08.00 för pass 1 och kl. 13.00 för pass 2.
- Resultatlistor:** Erhålles snarast via mail, och vår hemsida.
- Förfrågningar:** Peter Persson tel.0709-606615 eller pom@telia.com

Sösåala Cup Söndagen den 8 december 2013

Grenordning

Pass 1: Insim/strykningar kl. 08.00.
Start kl. 09.00.

Pass 2: Insim/strykningar kl. 13.00
Start kl. 14.00.

<u>Gren</u>	<u>Åldersklass</u>	<u>Gren</u>	<u>Åldersklass</u>
1 100 m medley	fl 11-12 år	21 100 m medley	fl 15 år o ä
2 100 m medley	po 11-12 år	22 100 m medley	po 15 år o ä
3 25 m fjäril	fl 10 år o y	23 50 m bröstsim	fl 13-14 år
4 25 m fjäril	po 10 år o y	24 50 m bröstsim	po 13-14 år
5 50 m ryggsim	fl 11-12 år	25 50 m frisim	fl 15 år o ä
6 50 m ryggsim	po 11-12 år	26 50 m frisim	po 15 år o ä
7 50 m bröstsim	fl 10 år o y	27 50 m frisim	fl 13-14 år
8 50 m bröstsim	po 10 år o y	28 50 m frisim	po 13-14 år
9 50 m frisim	fl 11-12 år	29 50 m fjäril	fl 15 år o ä
10 50 m frisim	po 11-12 år	30 50 m fjäril	po 15 år o ä
11 100 m medley	fl 10 år o y	31 100 m medley	fl 13-14 år
12 100 m medley	po 10 år o y	32 100 m medley	po 13-14 år
13 50 m bröstsim	fl 11-12 år	33 50 m ryggsim	fl 15 år o ä
14 50 m bröstsim	po 11-12 år	34 50 m ryggsim	po 15 år o ä
15 50 m ryggsim	fl 10 år o y	35 50 m ryggsim	fl 13-14 år
16 50 m ryggsim	po 10 år o y	36 50 m ryggsim	po 13-14 år
17 50 m fjäril	fl 11-12 år	37 50 m bröstsim	fl 15 år o ä
18 50 m fjäril	po 11-12 år	38 50 m bröstsim	po 15 år o ä
19 50 m frisim	fl 10 år o y	39 50 m fjäril	fl 13-14 år
20 50 m frisim	po 10 år o y	40 50 m fjäril	po 13-14 år

Paus efter gren 10 och gren 30

VIKTIGT:

I Sösåala Simhall gör simmarna något som faktiskt borde vara en självklarhet för alla.

Simmarna duschar innan dom går i bassängen.

Vi önskar att du som tränare upplyser dina simmare om detta, tack på förhand.

HEAD kommer att finnas på plats och sälja badkläder m.m.

Under båda passen har vi lotterier och försäljning av dryck, korv med bröd, smörgåsar, frukt och godis.

Vi bjuder alla simtränare på fika och för de tränare som stannar hela dagen bjuder vi även på mat. Anmäl om ni vill äta lunch när ni anmäler deltagare.

Varmt välkomna till en fartfylld simtävling i Sösåala!

