



PM

Välkommen till Trollsimmet den 28 - 29 September

TÄVLINGPLATS:	Arena Älvhögsborg Trollhättan, parkering finns utanför Älvhögsborg (2 tim gratis) samt vid Folkets park norr om järnvägen (4 tim gratis). Finns också pendelparkering vid Resecentrum på samma sida järnvägen som Götalundens kyrka
TÄVLINGSTIDER:	Pass 1 och 3 Insim: 08:00 Start 09:00 Pass 2 och 4 Insim: efter sista gren på pass 1 och 3 Start: 1,5 h efter pass 1 och 3 är slut <i>Badet öppnar sina portar klockan 07.15</i> <i>Insimmet slutar 15 minuter innan start</i>
INVIGNING:	Pass 1 inleds med en kortare invigning. Inmarsch kommer att ske innan tävlingsstart kl. 08.50. Alla simmare som vill delta är välkomna. Vi samlas klubbvis i korridoren utanför omklädningsrummen 8.45
AVSIM	Sker i multibassängen (25 m x 4 banor). Där kan man även simma in under hela tävlingen om man vill. OBS! Se till era simmare så det inte blir en lekbassäng
FUNKTIONÄRER:	Samling sker i entrehallen en timme före tävlingsstart till varje pass för genomgång. Vi tar tacksamt emot hjälp av funktionärer, vi välkomnar även nyutbildade funktionärer som vill göra sin praktik. Förening som i samband med anmälan till tävlingen även anmäler funktionär erhåller 100:-/funktionär och tävlingspass. Anmälan sker till tavling.tss@gmail.com Funktionärer som står 2 pass/dag erhåller även lunch.

TRÄNARMÖTE:	Tävlingsledaren kallar en representant från varje förening till ledamöte lördag den 28 september klockan 7.45 i Entréhallen. Här finns också klubbfack, nyckelband som ska hämtas ut mm.
TRÄNARFIKA:	Tränarna bjuds på kaffe med tillbehör under tävlingarna i anslutning till simhallen.
KLUBBFACK:	Klubbfack kommer att finnas i anslutning till fiket i entréhallen
HEATLISTA:	Kommer att finnas i klubbfacken samt anslås i entréhallen. I övrigt hänvisar vi till live.swimify.com
STRYKNINGAR:	Strykningar utförs via Swimify Coach-App. Om ni inte redan har ett konto så laddar ni ner appen och skapar ett konto. Sedan skickar ni vilket/vilka konton (e-post adressen) ni vill ha kopplade till tävlingen i ett mail till tavling.tss@gmail.com Strykningar till pass 1 skall göras senast kl. 17:00 fredag den 27/6. Strykningar därefter (till pass 2-4) skall göras senast 10 minuter efter att föregående pass är slut. Sen strykning och tom bana faktureras med 100 kr.
EFTERANMÄLAN:	Efteranmälan till tävlingen sker i mån av plats mot dubbel startavgift.
RESULTATLISTA:	Du kan följa tävlingen och se resultatet på swimify. Du kan följa tävlingen på storskärm i Entréhallen. Resultatlistor kommer att finnas på väggen i Entréhallen.
PRISER:	Prisutdelningarna kommer att ske inne i simhallen. Medalj till alla deltagare i klass E-G, prisutdelning sker klubbvis på lördagen efter insim och före första start på pass 2. Medalj till de tre främsta i klasserna A-D, program se grenorning nedan. Alla simmare på tävlingen kommer att få en biljett till ett gratis snurr på prishjulet som finns nere i Entréhallen. Biljetterna kommer finnas i kuvert i klubbfacket.
START:	Hängande start används. Simmare i föregående hit hänger kvar på linorna tills nästa hit startat. Gäller ej 25-sträckor Ryggsimsstart (som man hänger ner från startpallen) kommer att finnas. OBS! Se till att alla simmare och ledare kan reglerna som gäller för denna om den ska användas!
CALLROOM:	Vi kommer ha ett callroom för att underlätta för simmarna på tävlingen, simmaren ska befinna sig där senast 2 heat innan sin start. Callroom kommer att vara efter läktaren i simhallen, till vänster

SKÅP:	Nyckelband kommer att delas ut klubbvis vid ankomst, dela gärna skåp. Nyckelband kvitteras ut gemensamt klubbvis av ansvarig ledare. Vid borttappat nyckelband debiteras föreningen med 100 kr/band. Banden återlämnas och kvitteras av ansvarig ledare efter respektive tävlingsdag. Nyckelbanden finns att hämta i Entréhallen och återlämnas också där.
INOMHUSHALL	Entréhallen direkt till höger när man kommer in genom entrén är till för alla deltagare under hela helgen. Det kan bli trångt i simhallen men i Entréhallen finns en stor golvyta och liten läktare att vara på. Vi uppmanar alla att vara där så mycket det går.
FÖRSÄLJNING:	Vi kommer att ha ett stort utbud till försäljning i fiket i éntrehallen. Kaffe, te, hembakat, korv med bröd, toast och lättare förtäring. Vi kommer även att erbjuda frukost/mellis. Serveringen kommer att hållas öppen under hela tävlingen.
SIMSHOP:	Freker kommer och säljer badkläder och simartiklar i Entréhallen.
SIM-LOPPIS:	Bredvid fikaförsäljningen på tävlingen i helgen, kommer det finnas en sim-loppis. Varmt välkommen att sälja baddräkter, badbyxor eller simutrustning som är i bra skick och redo att hitta ny ägare. Så säljer du: 1 Märk varan på lämpligt sätt med pris och swishnummer. Ta gärna med galge till badkläder. 2 Lämna in märkta varor till loppisen och om varan inte blir såld innan helgens slut hämtar du åter din vara. Så köper du: 1 Hitta ditt fynd. 2 Swisha. 3 Visa personalen i fikaförsäljningen att du betalt, klart!
ANSVAR:	Arena Älvhögsborg och Trollhättans SS ansvarar inte för förlorade saker. Eventuella kvarglömda saker kommer att samlas upp i Entréhallen i närheten av fiket.
FRÅGOR	För ytterligare information/upplysningar kontakta tavling.tss@gmail.com eller Helena Sjöberg, 073-3345132

BOENDE:

Trollhättan City Camping finns på gångavstånd från badet:

<https://stenrosetscamping.se/>

Hotell finns bland annat:

Scandic Swania Trollhättan, här får man rabatt med sportkortet,
0520-89000

Best Western Hotel i Trollhättan, 0520-12565

Clarion Hotell Kung Oscar, 0520-470 470

Finns även boende i grannstaden Vänersborg 15 min med bil
Quality Hotel, 0521-57 57 20



Pass 1 Lördag: Insim 08:00 Start 09:00
1. 4x25m frisim mixed E-G
2. 25 m fjärilsim mixed E
3. 25 m fjärilsim mixed F,G
4. 25 m ryggsim mixed E
5. 25 m ryggsim mixed F,G
6. 50 m ryggsim mixed E
7. 50 m ryggsim mixed F,G
8. 25 m bröstsim mixed E
9. 25 m bröstsim mixed F,G
10. 50 m bröstsim mixed E
11. 50 m bröstsim mixed F,G
12. 25 m frisim mixed E
13. 25 m frisim mixed F,G
14. 50 m frisim mixed E
15. 50 m frisim mixed F,G
16. 100 m medley mixed E
17. 100 m medley mixed F,G
18. 6x25m medley mixed E-G (2 ry, 2 br, 2 fr)
Pass 3 Söndag: Insim 08:00 Start 09:00
36. 100 m medley pojkar A-D, M
37. 100 m medley flickor A-D, M
<i>Prisutdelning gren 32-35</i>
38. 50 m frisim pojkar A-D, M
39. 50 m frisim flickor A-D, M
40. 100 m ryggsim pojkar A-D, M
41. 100 m ryggsim flickor A-D, M
<i>Prisutdelning gren 36-39</i>
42. 50 m fjärilsim pojkar A-D, M
43. 50 m fjärilsim flickor A-D, M
44. 200 m frisim pojkar A-D, M
45. 200 m frisim flickor A-D, M
<i>Prisutdelning gren 40-43</i>
46. 100 m bröstsim pojkar A-D, M
47. 100 m bröstsim flickor A-D, M
<i>Prisutdelning gren 44-45</i>
48. 4x100 m medley pojkar öppen klass A-D, M
49. 4x100 m medley flickor öppen klass A-D, M

Pass 2 Lördag: Första start 1,5 h efter pass 1 avslutats
<i>Prisutdelning deltagarmedaljer</i>
19. 4x50 m frisim mixed E-G
20. 200 m frisim mixed E
21. 200 m frisim mixed F,G
22. 50 m fjärilsim mixed E
23. 50 m fjärilsim mixed F,G
24. 100 m ryggsim mixed E
25. 100 m ryggsim mixed F,G
26. 100 m bröstsim mixed E
27. 100 m bröstsim mixed F,G
28. 100 m frisim mixed E
29. 100 m frisim mixed F,G
30. 200 m medley mixed E
31. 200 m medley mixed F,G
32. 800 fr flickor A-D, M
33. 800 fr pojkar A-D, M
34. 1500 fr flickor A-D, M
35. 1500 fr pojkar A-D, M
Pass 4 Söndag: Första start 1,5 h efter pass 3 avslutats
50. 4x100 m frisim pojkar öppen klass A-D, M
51. 4x100 m frisim flickor öppen klass A-D, M
<i>Prisutdelning gren 46-47</i>
52. 100 m fjärilsim pojkar A-D, M
53. 100 m fjärilsim flickor A-D, M
54. 50 m ryggsim pojkar A-D, M
55. 50 m ryggsim flickor A-D, M
<i>Prisutdelning gren 52-53</i>
56. 100 m frisim pojkar A-D, M
57. 100 m frisim flickor A-D, M
58. 50 m bröstsim pojkar A-D, M
59. 50 m bröstsim flickor A-D, M
<i>Prisutdelning gren 54-57</i>
60. 200 m medley pojkar A-D, M
61. 200 m medley flickor A-D, M
<i>Prisutdelning gren 58-61</i>

