

# SWEDEN SWIM CUP

# GUIDE

2 0 2 1

SWEDEN  
SWIM  
CUP 2021

MINI  
GAMES



PARA  
CUP

Svensk Simidrott i samarbete med



SVENSK  
SIMIDROTT

The logo for Svensk Simidrott, featuring a stylized white swimmer silhouette composed of many small triangles, positioned above the text "SVENSK SIMIDROTT" in a bold, uppercase sans-serif font.

# INTRO

Detta är en guide att ha som hjälp för att det ska bli så enkelt som möjligt för alla att genomföra tävlingen. Vi rekommenderar att ni läser inbjudan först.

## *Bra att komma ihåg:*

- Sweden Swim cup är för de födda 2008 och tidigare.
- Para Cup för parasimmare födda 2008 och tidigare.
- Mini Games är för alla födda 2009 och senare.
- Team Spirit är det som binder ihop alla tävlingarna. Här tävlar alla i klubben tillsammans.

Sida 3  
Sweden Swim Cup

Sida 4  
Mini Games

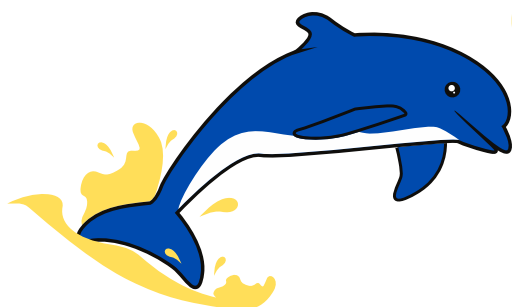
Sida 5  
Para Cup

Sida 6  
Team Spirit

Sida 7  
Tidrapportering

Sida 8  
Regler

Sida 9  
Kontakta oss



**Nu djupdyker  
vi i tävlingen.  
Häng med!**

# SWEDEN SWIM CUP

## Genomförande

Ni kan simma alla grenar på en dag eller dela upp det fritt under två veckors perioden. Ni bestämmer själva vad som fungerar bäst för er. Ni väljer fritt vilka grenar era simmare ska delta i.

Tävlingen kan genomföras i 25m bassäng eller 50m bassäng. Det går inte att kombinera olika bassänger inom samma klubb, utan ni som klubb väljer en bassängtyp för alla era deltagare.

## SSC-Poäng

Vårt unika poängsystem gör det möjligt för alla oavsett ålder, kön och bassänglängd att samla poäng på mer lika villkor. Poängsystemet är vetenskapligt underbyggt och baseras på resultat med topptider i alla åldersgrupper och kön från flertalet nationer mellan åren 2016 - 2019.

## Klasser

D2008, D2007, D2006, D2005, D2004 och DOPEN  
H2008, H2007, H2006, H2005, H2004 och HOPEN

## Grenar

100Fj, 100Ry, 100Br, 100Fr och 200Me

## Fyra typer av vinnare

Grenvinnare - Vi utser en grenvinnare i varje gren. Den med högst poäng i vald gren oavsett klass och kön blir grenvinnare.

Klassvinnare - Om ni vill vinna i er klass måste ni delta i samtliga grenar. Den med högst genomsnittspoäng på alla fem grenar blir klassvinnare.

Champion - Bara en kan bli tävlingens champion. Det är den simmare oavsett klass som har högst genomsnittspoäng på alla fem grenar.

Bästa klubb - Poängen från klubbens tio simmare med högst genomsnittspoäng i alla fem grenar läggs ihop. Bästa klubb blir klubben med högst totalpoäng.

# MINI GAMES

## Genomförande:

Ni kan simma alla grenar på en dag eller dela upp det fritt under två veckors perioden. Ni bestämmer själva vad som fungerar bäst för er. Ni väljer fritt vilka grenar era simmare ska delta i.

Tävlingen kan genomföras i 25m bassäng eller 50m bassäng. Det går inte att kombinera olika bassänger inom samma klubb, utan ni som klubb väljer en bassängtyp för alla era deltagare.

## SSC-Poäng

Vårt unika poängsystem gör det möjligt för alla oavsett ålder, kön och bassänglängd att samla poäng på mer lika villkor. Poängsystemet är vetenskapligt underbyggt och baseras på resultat med topptider i alla åldersgrupper och kön från flertalet nationer mellan åren 2016 - 2019.

## Grenar

50fj/delfinkick, 100ry, 100br och 200fr

## Guld, silver och brons

Poängen från alla grenar som simmarna deltar i adderas ihop och blir deras totalpoäng. Desto fler grenar de simmar desto mer poäng kan de samla. Detta för att uppmuntrar de yngsta simmarna att testa på alla olika samsätt.

200 poäng = Brons

600 poäng = Silver

1200 poäng = Guld

# PARA CUP

## Genomförande:

Ni kan simma alla grenar på en dag eller dela upp det fritt under två veckors perioden. Ni bestämmer själva vad som fungerar bäst för er. Ni väljer fritt vilka grenar era simmare ska delta i.

Tävlingen kan genomföras i 25m bassäng eller 50m bassäng. Det går inte att kombinera olika bassänger inom samma klubb, utan ni som klubb väljer en bassängtyp för alla era deltagare.

## PARA SSC-Poäng

Världsrekordet i varje klass = 1000 poäng.

## Klasser

S/SB1, S/SB2, S/SB3, S/SB4, S/SB5, S/SB6, S/SB7, S/SB8,  
S/SB9, S/SB10, S/SB11, S/SB12, S/SB13 och S/SB14

(För att kunna delta måste simmaren ha en klassificering.

Har simmaren ej hunnit bli tilldelad en klassificering, är det tränarens ansvar att välja lämplig klassificering).

## Grenar

50Fj, 100Fj, 50Ry, 100Ry, 50Br, 100Br, 50Fr och 100Fr

## Vinnare

Den simmare som fått högst PARA SSC-poäng på en gren vinner oavsett klass.

# TEAM SPIRIT

## Genomförande

Ni kan dela bilder och filmer redan innan själva simtävlingen har börjat. Kom bara ihåg att alla bilder och filmer måste vara publicerade senast den 14 Mars.

## Tagga

För att vi ska veta att ert inlägg är ett tävlingsbidrag så måste ni ha taggat @SwedenSwimCup och @sweswimteam i ert inlägg.

## Grenar

En kreativ kortfilm (maxlängd 45sek)

En bild på föreningens ledare

En bild/video som visar simmarnas tävlingsglädje

Obegränsat antal bidrag får skickas in.

## Vinnare

Vår jury kommer dela ut poäng till bidragen.

Den klubb med högst poäng vinner.

# TIDRAPPORTERING

## Program

Ni kommer alla få en .xlsx fil där ni ska rapportera in era tider. Använder ni Microsoft Excel har ni möjlighet att se simmarnas poäng direkt i dokumentet. Om ni inte har tillgång till Microsoft Excel är Googles gratisversion "kalkylark" ett bra alternativ.

Exempel finns här... Där har ni dessvärre inte möjlighet att se poängen. Föredrar ni en resultatfil i Lenex-format, så fungerar även det.

## Rapportering

I .xlsx filen finns ett blad för respektive tävling. Ni fyller i namn, klass och tid för varje gren. Programmet räknar automatiskt ut samtliga simmares poäng. Spara därefter filen genom att trycka "spara som" och namnge filen efter klubbens namn. Skicka endast in en resultatfil per klubb.

## Klasser

Skriv D för Dam och H för Herr följt av året de är födda; tex D2005 eller H2007. Simmare födda 2003 eller tidigare tillhör open klassen; skrivs in som Dopen eller Hopen.

## Tid

Skriv in tider på följande sätt: MM:SS,hh. Minuter:sekunder,hundradelar. Är tiden under minuten anges MM som 00. I telefoner/surfplattor kan du eventuellt behöva skriva i formatet 12:01:00.11 AM. Tiden 00:34,33 skriver du såhär: 12:00:34.33 AM.

# REGLER

## §1. Tidtagning

Mom 1.

Tidtagning sker manuellt.

Mom 2.

Tidtagning kan ske med tidtagningsplattor om ni har möjlighet till detta.

## §2. Bassäng

Mom 1.

Simning får ske både i 25m och 50m bassäng.

Mom 2.

Klubben väljer en bassängtyp för hela klubbens deltagande.

## §3. Datum

Mom 1.

Alla delmoment i tävlingen måste genomföras 1 - 14 mars 2021.

Mom 2.

Alla tider måste rapporteras in senast den 15 mars 2021.

## §4. Simning

Mom 1.

FINAs regler gäller.

Mom 2.

Det är upp till varje enskild tränare att se till att simmarna simmar regelrätt.

Simmar deltagaren inte regelrätt så ska tiden inte registreras.

Mom 3.

I Mini Games ska alla tider registreras även om simmaren inte simmar regelrätt.

Mom 4.

I normalfallet är dessa tävlingar inte sanktionerade, vilket betyder att tävlingsresultaten således inte registreras i Tempus.



# KONTAKTA OSS

## Email

SwedenSwimCup@svensksimidrott.se

## Telefon

0766-471443



Svensk Simidrott i samarbete med

