



Välkomna till Länstrofén i Nässjö 2020

Tävlingsplats: Simhallen i Nässjö, (25 meters bassäng, 6 banor)

Datum: 29 februari 2020.

Åldersklasser: 14 år -06, 13 år -07, 12 år -08, 11 år -09

Tävlingstider:

Lördag 29 februari
Pass 1
Insim 14.30-15.20
Tävlingsstart 15.30

Anmälan: Senast onsdag den **19 februari** 2020 via Tempus anmälan.
Varje klubb ska anmäla sina simmare i de grenar de är uttagna.

Poängräkning 12, 10, 8, 7, 6, 5, 4, 3. Dubbla poäng i lagkappen

Grenordning: Se bifogad grenordning nedan

Startavgift: Betalas av Östsvenska simförbundet

Laguppställning: Lämnas till sekretariatet senast en timma före start.

Fasta banor Har seedats utifrån 2019 års resultat.
Bana 2: Kronobergs Län
Bana 3: Östergötlands Län
Bana 4: Jönköpings Län
Bana 5: Kalmar Län

Tekniskt möte: Hålls på anvisad plats på lördagen kl 14.30 En representant från resp. klubb/län.

Startlistor: Publiceras på Livetiming.
<http://www.livetiming.se/index.php?cid=5346>

Tävlingsfack: Finns i tävlingsbyrån.

- Insim:** Insimmet avslutas 10 min innan tävlingspassets start. Bana 6 och 1 används som spurtbanor.
- Avsim:** Sker i undervisningsbassängen. Resp. klubb ansvarar för sina simmare.
- Skåp:** Tag med hänglås till klädsåpen.
- Mat:** Vi ordnar med buffé efter tävlingen för alla länslag. Meddela detta i samband med anmälan. Ev. allergier och specialkost meddelas samtidigt med anmälan av mat. Respektive länslag faktureras i efterhand för matkostnaden, ange fakturaadress vid anmälan. Använd gärna bifogad blankett
- Upplysningar:** Nässjö Simsällskaps kansli, via e-post: nassjosls@gmail.com

Varmt välkomna till Nässjö och Länstrofén 2020

Grenordning

1. 100 m fjärilsim fl 14 år
2. 100 m fjärilsim po 14 år
3. 100 m fjärilsim fl 13 år
4. 100 m fjärilsim po 13 år
5. 50 m fjärilsim fl 12 år
6. 50 m fjärilsim po 12 år
7. 50 m fjärilsim fl 11 år
8. 50 m fjärilsim po 11 år
9. 100 m ryggsim fl 14 år
10. 100 m ryggsim po 14 år
11. 100 m ryggsim fl 13 år
12. 100 m ryggsim po 13 år
13. 100 m ryggsim fl 12 år
14. 100 m ryggsim po 12 år
15. 100 m ryggsim fl 11 år
16. 100 m ryggsim po 11 år
17. 200 m medley fl 14 år
18. 200 m medley po 14 år
19. 200 m medley fl 13 år
20. 200 m medley po 13 år
21. 100 m medley fl 12 år
22. 100 m medley po 12 år
23. 100 m medley fl 11 år
24. 100 m medley po 11 år
25. 100 m bröstsim fl 14 år
26. 100 m bröstsim po 14 år
27. 100 m bröstsim fl 13 år
28. 100 m bröstsim po 13 år
29. 100 m bröstsim fl 12 år
30. 100 m bröstsim po 12 år
31. 100 m bröstsim fl 11 år
32. 100 m bröstsim po 11 år
33. 100 m frisim fl 14 år
34. 100 m frisim po 14 år
35. 100 m frisim fl 13 år
36. 100 m frisim po 13 år
37. 100 m frisim fl 12 år
38. 100 m frisim po 12 år
39. 100 m frisim fl 11 år
40. 100 m frisim po 11 år
41. 8x50 m frisim mix

Tävlingsregler:

- Varje simmare får simma max tre individuella distanser samt lag.
- Yngre simmare får simma i äldre klass, men startar då i äldre klass i samtliga grenar.
- Varje gren går i två heat där den snabbaste simmaren simmar i heat två.
- I lagkappen skall det delta en pojke och en flicka från varje åldersklass. Varje län får ställa upp med två lag.
- Länslagen simmar på fast bana. **Kronobergs län bana 2, Östergötlands län bana 3 Jönköpings län bana 4, Kalmar län bana 5.**

Bokningar av mat vid Länstrofén i Nässjö 2020

Mat

Buffé anordnas på matlyckan som ligger ca 7 minuters gångväg från simhallen.

Länslaget för : _____

Kontaktperson: _____ **tel.** _____

Faktureringsadress: _____

Buffé

Lördag 29/2 antal _____ 97 kr/portion

Dricka och sallad ingår

Specialkost: _____

Ni ska lämna besked om ni vill ha specialkost till någon deltagare så att vi kan se om vi kan hjälpa er. Gärna med namn på de som ska ha specialkost.

Mat bokas via vårt kansli, via e-post nassjosls@gmail.com