

*Eskilstuna Simklubb och Mellansvenska Simförbundet
har härmed nöjet att bjuda in till*

DM/JDM

ESKILSTUNA

30-31/5 2020

Upplysningar:

Mellansvenska Simförbundet
Sven-Åke Gustafsson
0705-11 67 92
tavling.mssf@vstmidrotten.se
www.livetiming.se

Eskilstuna Simklubb
Christoffer Andersson
0704-78 09 06
esk@idrottsormland.se
www.eskilstunasimklubb.se

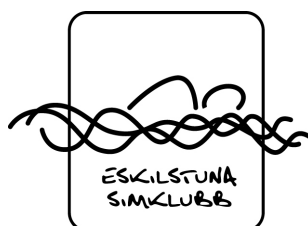
Plats:	Munktellbadet, Eskilstuna												
Bassäng:	50 m, 8 banor, vid behov 10 banor.												
Tävlingstider:	<table> <tr> <td>Pass 1:</td> <td>Lördag</td> <td>kl 10:00 (Insim 08:30-09:45)</td> </tr> <tr> <td>Pass 2:</td> <td>Lördag</td> <td>kl 16:00 (Insim 14:30-15:45)</td> </tr> <tr> <td>Pass 3:</td> <td>Söndag</td> <td>kl 09:00 (Insim 07:30-08:45)</td> </tr> <tr> <td>Pass 4:</td> <td>Söndag</td> <td>kl 15:00 (Insim 13:30-14:45)</td> </tr> </table>	Pass 1:	Lördag	kl 10:00 (Insim 08:30-09:45)	Pass 2:	Lördag	kl 16:00 (Insim 14:30-15:45)	Pass 3:	Söndag	kl 09:00 (Insim 07:30-08:45)	Pass 4:	Söndag	kl 15:00 (Insim 13:30-14:45)
Pass 1:	Lördag	kl 10:00 (Insim 08:30-09:45)											
Pass 2:	Lördag	kl 16:00 (Insim 14:30-15:45)											
Pass 3:	Söndag	kl 09:00 (Insim 07:30-08:45)											
Pass 4:	Söndag	kl 15:00 (Insim 13:30-14:45)											
Anmälan:	Via Tempus senast fredag 15/5												
Efteranmälan:	Via Tempus fram till fredag 29/5 kl 12:00, i mån av plats.												
Avgift:	Avgiften är 70 kr för ind. anmälan och 90 kr för laganmälan och 100 kr respektive 150 kr för efteranmälan.												
Strykningar:	Strykningar via appen fram till lördag kl 08:30 då seedning sker.												
Laguppställningar:	Laguppställningar ska vara inlämnade via appen senast en timme för respektive tävlingspass startar.												
Priser:	Medaljer till de 3 främsta i varje individuell gren (DM & JDM) samt till de 3 främsta lagkapslagen (DM)												
Poängberäkning:	<p>Individuella grenar: 42, 33, 30, 27, 24, 21, 18, 15, 12, 9, 6, 3</p> <p>Lagkaps grenar: 84, 66, 60, 54, 48, 42, 36, 30, 24, 18, 12, 6</p>												
Lunch och middag:	Vi erbjuder lunch och middag på restaurang Saigon (Västra Storgatan 20) som ligger på gångavstånd från Munktellbadet. Kostnaden är 100 kr/måltid.												
Skolsal + frukost:	Vi erbjuder övernattnig i skolsal inklusive frukost på restaurang Lee för 200 kr pp/natt. Skolan heter St:Eskils Gymnasium (Smedjegatan 3-5) och ligger på gångavstånd från Munktellbadet.												
Bokning:	Bokning av mat & logi ska skickas i samband med anmälan, senast fredag 15/5, tillesk@idrottsormland.se . Bokningen är bindande.												
Vandrarhem:	Vi rekommenderar bra och prisvärt boende på Vilsta Sporthotell.												
Hotell:	Vi rekommenderar bra och prisvärt boende på Comfort Hotel Eskilstuna, Hotel Bolinder Munktell samt Elite, se separat erbjudande.												
Cafeteria:	Cafeteria finns under läktaren												
Försäljning:	TYR kommer att vara på plats under hela helgen.												
Grenordning:	Se bilaga 1												
Kvalinfo:	Se bilaga 2												



Grenordning

Lördag Pass 1			Söndag Pass 3		
Gren	Insim: 08.30-09.45 Start: 10.00		Gren	Insim: 07.30-08.45 Start: 09.00	
1	200 medley	Herrar	21	200 medley	Damer
2	800 frisim	Damer	22	800 frisim	Herrar
3	50 frisim	Herrar	23	50 ryggsim	Damer
4	50 frisim	Damer	24	50 ryggsim	Herrar
5	200 bröstsim	Herrar	25	200 frisim	Damer
6	200 bröstsim	Damer	26	200 frisim	Herrar
7	100 fjärilsim	Herrar	27	100 bröstsim	Damer
8	100 fjärilsim	Damer	28	100 bröstsim	Herrar
9	400 frisim	Herrar	29	400 frisim	Damer
10	4x200 frisim	Damer	30	4x200 frisim	Herrar
Lördag Pass 2			Söndag Pass 4		
Gren	Insim: 14.30-15.45 Start: 16.00		Gren	Insim: 13.30-14.45 Start: 15.00	
11	400 medley	Damer	31	400 medley	Herrar
12	50 fjärilsim	Herrar	32	50 bröstsim	Damer
13	50 fjärilsim	Damer	33	50 bröstsim	Herrar
14	200 ryggsim	Herrar	34	200 fjärilsim	Damer
15	200 ryggsim	Damer	35	200 fjärilsim	Herrar
16	100 frisim	Herrar	36	100 ryggsim	Damer
17	100 frisim	Damer	37	100 ryggsim	Herrar
18	1500 frisim	Herrar	38	1500 frisim	Damer
19	4x100 medley	Damer	39	4x100 frisim	Herrar
20	4x100 medley	Herrar	40	4x100 frisim	Damer

Varmt välkomna till Eskilstuna!



Kvalinformation

Kvalificeringsperioden pågår from 1 januari året före mästerskapet tom dagen före sista anmälningsdag. **2019-01-01 – 2020-05-14**

Simmare som klarat kvaltiden till någon individuell gren under denna tävling kan också anmäla sig till grenar där kvaltiden inte uppfyllts i mån av plats, inga noll-tider accepteras och tiden ska kunna verifieras via TEMPUS statistik.

	<u>Herrar</u>			<u>Damer:</u>	
	<u>25 m:</u>	<u>50 m:</u>		<u>25 m:</u>	<u>50 m:</u>
50m frisim	00:25,80	00:26,81		00:28,81	00:29,71
100m frisim	00:56,71	00:58,84		01:02,87	01:04,79
200m frisim	02:05,95	02:12,31		02:17,49	02:22,76
400m frisim	04:33,55	04:49,25		04:52,27	05:04,30
800m frisim	09:55,53	10:56,43		10:21,24	11:00,92
1500m frisim	18:54,26	20:41,78		20:58,69	25:47,16
50m bröst	00:33,51	00:35,56		00:36,96	00:38,31
100m bröst	01:13,80	01:19,07		01:20,09	01:24,44
200m bröst	02:45,75	03:01,82		02:57,03	03:04,43
50m rygg	00:30,41	00:32,39		00:33,27	00:35,10
100m rygg	01:05,70	01:10,63		01:11,74	01:15,39
200m rygg	02:27,30	02:38,34		02:37,02	02:46,09
50m fjärl	00:28,45	00:29,24		00:31,48	00:32,24
100m fjärl	01:04,63	01:08,38		01:11,60	01:14,82
200m fjärl	02:39,63	03:10,21		02:49,02	03:07,46
100m medley	01:05,99	-----		01:12,19	-----
200m medley	02:23,78	02:32,19		02:35,84	02:43,29
400m medley	05:23,20	05:49,88		05:45,39	06:12,07
Lagkapp:					
4X50m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat		Max 3 heat	Max 3 heat
4X100m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat		Max 3 heat	Max 3 heat
4X200m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat		Max 3 heat	Max 3 heat
4X50m medley	Max 3 heat	Max 3 heat			
4X100m medley	Max 3 heat	Max 3 heat			

