

UTMANAREN



TÄVLINGSINFORMATION

INFORMATION OM NYBÖRJARTÄVLINGEN
DÄR ALLA ÄR VINNARE!



UTMANAREN

Utmanaren är en kul inledning på simtävlingsutbildningen. Alla tävlar mot sina egna tider. De som tävlar får ett SIMBEVIS, där man själv markerar med speciella TIDKLISTERMÄRKEN i brons, silver och guld, de tider man klarat.

Efter individuell prestation erövrar sedan en POKAL.

UTMANAREN finns i tre nivåer: Pokal 1, Pokal 2 och Pokal 3.

De olika tiderna som ska uppnås framgår av simbeviset och tabellerna i foldern. Alla tävlingsresultat gäller.

I aktivitetskalendern ser du när **Dalaserien med Utmanarna** genomförs.

Detta sker vid två tillfällen på höstterminen och ett på våren.

Resultat du gör på andra tävlingar räknas också.

Du anmäler dig till Utmanarna/Dalaserien via din tränare.

Anmäl dig senast 7 dagar innan tävlingen.

REGLER

- Du får delta i fritt antal grenar vid varje tävlingstillfälle, men endast en start per simsätt och distans.
- De olika tiderna som ska uppnås framgår av simbeviset.
- Du bör simma och klara guldtid i en nivå innan du börjar med nästa.
- Diskvalifikation tillämpas inte för simmare som begått regelbrott i simningen, förutsatt att tävlingen är en intern klubb tävling. Regelbrottet noteras och förklaras istället under den ordinarie träningen.
- Pokal 1 och 2: Klara tre guldtider och du får köpa pokalen!
- Pokal 3: Klara fyra guldtider och du får köpa pokalen!

UTMANAREN - POKAL 1

	BRONS-TIDER	SILVER-TIDER	GULD-TIDER
<u>25 M</u>			
RYGGSIM	32 sek	29 sek	26 sek
BRÖSTSIM	32 sek	29 sek	26 sek
FRISIM	30 sek	27 sek	24 sek

UTMANAREN - POKAL 2

	BRONS-TIDER	SILVER-TIDER	GULD-TIDER
<u>25 M</u>			
FJÄRILSIM	30 sek	27 sek	24 sek
<u>50 M</u>			
RYGGSIM	56 sek	53 sek	50 sek
BRÖSTSIM	58 sek	55 sek	52 sek
FRISIM	50 sek	47 sek	44 sek

Tävlar du för första gången?
Klarar du en stipulerad tid?
Då blir du automatiskt med i Utmanartävlingen!

UTMANAREN - POKAL 3

	BRONS-TIDER	SILVER-TIDER	GULD-TIDER
<u>50 M</u>			
FJÄRILSIM	1 min	55 sek	50 sek
<u>100 M</u>			
RYGGSIM	1.50	1.40	1.35
BRÖSTSIM	1.55	1.45	1.40
FRISIM	1.40	1.30	1.25
MEDLEY	1.50	1.40	1.35

LYCKA TILL MED DITT TÄVLANDE!