



Mellansvenska Simförbundet och Upsala Simsällskap

har nöjet att inbjuda till DM 50m
i Uppsala 19 – 20 juni 2010

Dalarnas län (Dal)

Avesta SS
Borlänge SS
Falun SS
Gränges SS
Hedemora SS
Leksands SF
Ludvika SS
Malung SS
Orsa IF Simklubb
Qvarnsveden TK
SS Mora
Vansbro AIK

Gävleborg län (Gäv)

Bollnäs SS
Gävle SS
Harnäs-Skutskärs SS
Hudiksvalls SS
Sandvikens Sim- och Hoppklubb
Sim 77 Hofors
Söderhamns SS

Örebro län (Öre)

Lindesbergs Simsällskap
Nora Simsällskap
Simklubben Nautilus
Örebro Simallians

Södermanlands län (Söd)

Eskilstuna SS
Flen SS
Gnesta SS
Katrineholms SS
Nyköpings SS
Oxelösunds SS
Simklubben Strängnäs Frisimmare
Strängnäs SS
Trosabygdens SS
Tunafors SK, Simsektionen

Uppsala län (Upp)

Blå Sim- och Hoppklubb
Bålsta SK
Gimo SS
Märsta SS
SK Ena
Upsala S
Österby SS

Västmanlands län (Väs)

Fagersta Simklubb
Kungsörs Simsällskap
Köpings Simsällskap
Sala Simsällskap
Simsällskapet Kanalen
Västerås Simsällskap

Föreningar som ej har för avsikt att delta uppmanas att meddela arrangören detta.

Plats: Fyrishovs Simhall, Uppsala

Antal banor: 8 x 50 meters bana

Tävlingstid:	Pass	Dag	Insim	Tävlingsstart
	1	Lö 19/6	08.30 - 09.50	10.00
	2	Lö 19/6	15.30 - 16.50	17.00
	3	Sö 20/6	07.30 - 08.50	09.00
	4	Sö 20/6	14.30 - 15.50	16.00

Grenar: Enligt bifogad grenordning

Anmälan: Via Octo Anmälan: www.octostatistik.com därefter slår man in användarnamn/lösenord – därefter klicka i tur och ordning på tävlingar/anmälan/sök. Senaste anmälningsdag är **fredag 4 juni 2010**. Gällande kvaltider enligt MSSF:s Tävlingshandbok. Heatbegränsningar kan komma att användas.

Startavgift: **50 kr/ individuell start och 75 kr/ lagkappsstart.**
Startavgiften faktureras av US.

Efteranmälan: Mottas **senast torsdag 17 juni** i mån av plats, på adress enligt nedan. Efteranmälan debiteras med dubbel avgift och seedas in sist i grenen.

Lagkapper: Laguppställningar ska vara inlämnade senast 1 timme före varje pass.

Strykningar: Skall lämnas till sekretariatet senast 1 timme före pass 1 och 3 samt för pass 2 och 4 senast 30 minuter efter slutet av pass 1 respektive 3.

Priser: De tre främsta i varje individuell- respektive lagkappgren får medalj.

Prisutdelning:
Pass 1: Gren 18, direkt efter genomförandet av grenen.
Pass 2: Gren 1-7, direkt efter gren 8.
Gren 8-15, direkt efter gren 17.
Gren 16, 17, 19 och 20, direkt efter genomförandet av gren 20.

Pass 3: Gren 38, direkt efter genomförandet av grenen.
Pass 4: Gren 21-27, direkt efter gren 28.
Gren 28-35, direkt efter gren 37.
Gren 36, 37, 39 och 40, direkt efter genomförandet av gren 40.

Mat och Logi: Se separat bilaga

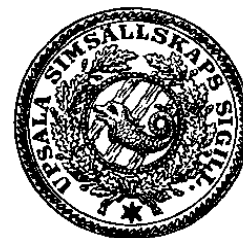
Adress: **Mail:** kansli@upsalasim.nu
Postadress: Upsala Simsällskap, Box 16018, 750 16 UPPSALA

Information: US kansli tel. 018 – 22 21 64 mellan 09.00 – 12.00

GRENORDNING

DM 50 m

Gren	Lördag Pass 1				Heat	Gren	Söndag Pass 3				Heat
	Insim: 08.30-09.50 Start: 10.00						Insim: 07.30-08.50 Start: 9.00				
1	Försök	400m frisim	D	3		21	Försök	400m frisim	H	3	
2	Försök	200m frisim	H	5		22	Försök	200m frisim	D	5	
3	Försök	100m bröstsim	D	5		23	Försök	100m bröstsim	H	5	
4	Försök	50m ryggsim	H	5		24	Försök	50m ryggsim	D	5	
5	Försök	50m fjärilsim	D	5		25	Försök	50m fjärilsim	H	5	
6	Försök	200m fjärilsim	H	5		26	Försök	200m fjärilsim	D	5	
7	Försök	200m ryggsim	D	5		27	Försök	200m ryggsim	H	5	
8	Direktfinal, bästa heatet i finalpasset	1500m frisim	H	3		28	Direktfinal, bästa heatet i finalpasset	1500m frisim	D	3	
paus 10 minuter						paus 10 minuter					
9	Direktfinal, bästa heatet i finalpasset	400m medley	D	3		29	Direktfinal, bästa heatet i finalpasset	400m medley	H	3	
10	Försök	100m frisim	H	5		30	Försök	100m frisim	D	5	
11	Försök	50m bröstsim	D	5		31	Försök	50m bröstsim	H	5	
12	Försök	100m ryggsim	H	5		32	Försök	100m ryggsim	D	5	
13	Försök	100m fjärilsim	D	5		33	Försök	100m fjärilsim	H	5	
14	Försök	200m bröstsim	H	5		34	Försök	200m bröstsim	D	5	
15	Försök	50m frisim	D	5		35	Försök	50m frisim	H	5	
16	Försök	200m medley	H	5		36	Försök	200m medley	D	5	
17	Direktfinal, bästa heatet i finalpasset	800m frisim	D	3		37	Direktfinal, bästa heatet i finalpasset	800m frisim	H	3	
paus 10 minuter						paus 10 minuter					
18	Direktfinal	4x200m frisim	H	3		38	Direktfinal	4x200m frisim	D	3	
Gren	Lördag Pass 2				Heat	Gren	Söndag Pass 4				Heat
	Insim: 15.30-16.50 Start: 17.00						Insim: 14.30-15.50 Start: 16.00				
1-17	Individuella finaler enligt förmiddagens grenordning				1	21-37	Individuella finaler enligt förmiddagens grenordning				1
paus 5 minuter						paus 5 minuter					
19	Direktfinal	4x100m frisim	H	3		39	Direktfinal	4x100m frisim	D	3	
20	Direktfinal	4x100m medley	D	3		40	Direktfinal	4x100m medley	H	3	



Mat & Logi

Upsala Simsällskap kan i samarbete med Fyrishov erbjuda följande alternativ:

Övernattning Fyrishov och måltider på Restaurangen

Campingstuga 4 bäddar, kostnad 895 kr/ natt, exkl. frukost.

Frukost serveras mellan 06.30 – 08.30 Kostnad, 65 kr.

Lunch serveras mellan 11.00 – 15.00 Kostnad, 75 kr.

Middag serveras mellan 17.00 – 20.00 Kostnad, 90 kr.

Preliminär bokning görs till Upsala Simsällskaps kansli i samband med anmälan.

Skicka via e-post kansli@upsalasim.nu eller fax: 018-24 60 15

Definitiv och bindande bokning senast den 11 juni. Kostnaden för mat & logi faktureras tillsammans med startavgifterna av Upsala Simsällskap.

Antal frukost:	Lördag	Söndag
Antal lunch:	Lördag	Söndag
Antal middag:	Lördag	

Klubb.....

Ansvarig för bokningen.....