

# NUSS YNGRE ÖREBRO 2010

## SIMSÄTT & DISTANSER

Klass	Född	Frisim	Bröstsims	Ryggsim	Fjärlsims	Medley
13 år	1997	50m	50m	50m	50m	200m
		100m	100m	100m	100m	
		400m				
12 år	1998	50m	50m	50m	50m	200m
		100m	100m	100m	100m	
		400m				
11 år & yngre	1999--	50m	50m	50m	50m	200m
		100m	100m	100m	100m	
		400m				
<b>LAG</b>						
13 år & yngre	1997--	4 x 50m	4 x 50 m	4 x 50m	4 x 50m	

## LÖRDAG 30 JANUARI

**PASS 1:** Insim 07.15 - 08.15 - Start 08.30

Gren	Simsätt	Simmare
1.	50m fjärl P	
2.	50m bröst F	Olivia S
3.	50m rygg P	
4.	50m fritt F	Julia K
5.	400m fritt P	
6.	50m bröst F	Maja F, Frida L, Jacky L, Anna M
7.	100m rygg P	Alfred L
8.	100m fritt F	Olivia S
9.	100m fjärl P	
<b>PRISCEREMONI GREN 1 - 7</b>		
10.	100m bröst F	Julia K
11.	100m rygg P	
12.	100m fritt F	Maja F, Frida L, Jacky L, Anna M
13.	400m fritt P	Alfred L
14.	200m medley F	
15.	50m fjärl P	
<b>PRISCEREMONI GREN 8 - 13</b>		
16.	4x50m rygg F	Barracudor, Småproffsen
17.	4x50m fritt P	

**PASS 2:** Insim 13.30 - 14.45 - Start 14.50

Gren	Simsätt	Simmare
<b>PRISCEREMONI GREN 14 - 17</b>		
18.	50m fjärl F	
19.	50 m bröst P	Alfred L
20.	50m rygg F	Julia K
21.	50m fritt P	
22.	400m fritt F	Maja F, Frida L, Jacky L
23.	50m bröst P	
24.	100m rygg F	Olivia S
25.	100m fritt P	Alfred L
26.	100m fjärl F	Astrid U
<b>PRISCEREMONI GREN 18 - 24</b>		
27.	100m bröst P	
28.	100m rygg F	Frida L, Anna M
29.	100m fritt P	
30.	400m fritt F	Olivia S
31.	200m medley P	
32.	50m fjärl F	Maja F, Jacky L, Anna M
<b>PRISCEREMONI GREN 25 - 30</b>		
33.	4x50m rygg P	
34.	4x50m fritt F	Barracudor, Småproffsen

## SÖNDAG 31 JANUARI

**PASS 3:** Insim 07.15 - 08.15 - Start 08.20

Gren	Simsätt	Simmare
<b>PRISCEREMONI GREN 31 - 34</b>		
35.	100m fjärl P	Alfred L
36.	100m bröst F	Olivia S
37.	100m rygg P	
38.	100m fritt F	Julia K
39.	100m fjärl P	
40.	100m bröst F	Maja F, Frida L, Jacky L, Anna M
41.	50m rygg P	Alfred L
42.	50m fritt F	Olivia S
43.	400m fritt P	
<b>PRISCEREMONI GREN 35 - 41</b>		
44.	50m bröst F	Julia K
45.	50m rygg P	
46.	50m fritt F	Frida L, Jacky L, Anna M
47.	200m medley F	
48.	50m fjärl F	
49.	200m medley F	Maja F
<b>PRISCEREMONI GREN 42 - 47</b>		
50.	4x50m bröst P	
51.	4x50m fjärl F	Barracudor, Småproffsen

**PASS 2:** Insim 13.30 - 14.45 - Start 14.50

Gren	Simsätt	Simmare
<b>PRISCEREMONI GREN 48 - 51</b>		
52.	100m fjärl F	Oliva S
53.	100m bröst P	Alfred L
54.	100m rygg F	Julia K
55.	100m fritt P	
56.	100m fjärl F	Maja F
57.	100m bröst P	
58.	50m rygg F	Olivia S
59.	50m fritt P	Alfred L
60.	400m fritt F	
<b>PRISCEREMONI GREN 52 - 58</b>		
61.	50m bröst P	
62.	50m rygg F	Maja F, Frida L, Jacky L, Anna M
63.	50m fritt P	
64.	200m medley P	
65.	50m fjärl F	Julia K, Astrid U
66.	200 m medley P	
<b>PRISCEREMONI GREN 59 - 64</b>		
67.	4x50m bröst F	Barracudor, Småproffsen
68.	4x50m fjärl P	
<b>PRISCEREMONI GREN 65 - 68</b>		