

Mix Megapol Simcup i Eskilstuna 28-29/9 - 2013

LEDARE	Jens Grundmark (0705-53 29 09)				
Samling	I simhallen i Eskilstuna senast 08.45. Se till att anmäl till tränarna att ni är på plats.				
Föräldraledare	Emilia Liiri, Hilmas Brodén's mamma, följer med och sover över i skolan. Hon finns även tillhands om Jens behöver hjälp med andra saker (förutom coaching). Jens åker med i deras bil. (Jens och Emilia gör upp med varandra om hämtning och avresetid)				
Transporter	Sköts av er föräldrar.				
Logi	Vi bor i skolsalar, medtag luftmadrass och sovsäck. Vi räknar med att de som simmar båda dagarna, sover över, om så inte skulle vara fallet måste ni meddela kansliet snarast.				
Mat	Munktellarenan, som ligger på gångavstånd från badet. OBS! Ingen mat innan avresan hem på söndag. Det får ni föräldrar fixa till era barn.				
Kostnad	Hela tävlingen: 360:- inkl. mat o logi. En dag inkl. mat: 200:-. Enstaka pass: 85:-. Faktureras av NKK's kansli.				
INSIM	Insimningen startar en timme före respektive pass och slutar 15 minuter innan passets start.				
TÄVLING	Pass 1 lörd. kl 10.00 Pass 2 lördag kl 15.00 Pass 3 söndag kl 9.00				
Namn	Bet	Övr	Pass 1 lörd.	Pass 2 lörd.	Pass 3 sönd.
Axelsson Maja	360		50fr,50fj	50br,100me	50ry,100br
Brodén Hilma	360		50fr	50ry,100me	50br,100br
Düring Hanna	360		50fr,50fj	50ry,100me	50br,100br
Grandin Elin	360		50fr,50fj	50ry,100me	50br
Gårdman Klara	360		50fr,50fj	50br,100me	50ry,100br
Hoffner Linus	360		50fr,50br	100me,50ry	100br,50fj
Lagher Hanna	360		50fr,50fj	50br,100me	50ry
Manfred Ellen	360		50fr,50br	100me,50ry	50fj
O'Brien Ellie	360		50fr,50fj	50br,100me	50ry,100br
Westerberg Sofia	200		50fr,50fj	50br	
Öhrn Lovisa	200		50fr,50fj	50br,100me	

Inga lag, eftersom vi har för få killar med.

Pass 1 kl 10:00**Insim kl 09:00-09:45**

01. 50 m Frisim P-A-13
02. 50 m Frisim F-A-13
03. 50 m Frisim P-B-12
04. 50 m Frisim F-B-12
05. 50 m Frisim P-C-11
06. 50 m Frisim F-C-11
07. 50 m Frisim P-D-10
08. 50 m Frisim F-D-10
09. 50 m Frisim P-E-9 oy
10. 50 m Frisim F-E-9 oy
11. 100 m Medley P-A-13
12. 100 m Medley F-A-13
13. 50 m Bröstsims P-B-12
14. 50 m Bröstsims F-B-12
15. 50 m Fjärilsims P-C-11 oy
16. 50 m Fjärilsims F-C-11 oy
17. 4x50 m Me. **Mix**, 12-13
18. 4x50 m Me. **Mix**, 11

Pass 2, kl 15:00**Insim kl 14:00-14:45**

19. 4x 50 m Fri. **Mix**, 11 oy
20. 4x50 m Fri. **Mix**, 12-13 oy
21. 50 m Bröstsims P-E-9 oy
22. 50 m Bröstsims F-E-9 oy
23. 50 m Ryggsims P-D-10
24. 50 m Ryggsims F-D-10
25. 50 m Bröstsims P-C-11
26. 50 m Bröstsims F-C-11
27. 100 m Medley P-B-12
28. 100 m Medley F-B-12
29. 100 m Bröstsims P-A-13
30. 100 m Bröstsims F-A-13
31. 100 m Medley P-C-11 oy
32. 100 m Medley F-C-11 oy
33. 50 m Ryggsims P-B-12
34. 50 m Ryggsims F-B-12
35. 50 m Fjärilsims P-A-13
36. 50 m Fjärilsims F-A-13 oy

Pass 3 kl 09:00**Insim kl 08:00-08:45**

37. 50 m Ryggsims P-E-9 oy
38. 50 m Ryggsims F-E-9 oy
39. 50 m Bröstsims P-D-10
40. 50 m Bröstsims F-D-10
41. 50 m Ryggsims P-C-11
42. 50 m Ryggsims F-C-11
43. 100 m Bröstsims P-B-12
44. 100 m Bröstsims F-B-12
45. 50 m Ryggsims P-A-13
46. 50 m Ryggsims F-A-13
47. 100 m Bröstsims P-C-11 oy
48. 100 m Bröstsims F-C-11 oy
49. 50 m Fjärilsims P-B-12
50. 50 m Fjärilsims F-B-12
51. 50 m Bröstsims P-A-13
52. 50 m Bröstsims F-A-13
53. 10x50 m Frisim "**Mix-Race**",
1 pojke och en flicka från varje åldersklass, yngre får ersätta äldre.

Tävlingsklasser

- A – 13 år (-00)
- B – 12 år (-01)
- C – 11 år (-02)
- D – 10 år (-03)
- E – 9 år oy (-04 oy)

Mix-lagkapperna

4x50 mixas med pojke/flicka i valfri ordning. 10x50 mixas med 1 flicka och 1 pojke från varje åldersklass där yngsta flicka börjar och som följs av yngsta kille osv. Yngre får ersätta äldre.

Åldersindelning

A – 13 år (00)
B – 12 år (01)
C – 11 år (02)
D – 10 år (03)
E - 9 år (04 oy)

Till alla föräldrar: På tävlingar använd gärna NKK tröja, vit eller blå t-shirt, samt att alla försöker sitta tillsammans för att höras och synas och för att stärka vi-känslan i klubben.



SIMNING med FART, **NKK** så KLART !