



SM/JSM i Jönköping den 1-5/11 2017

Ledare	Håkan, Mobil: 0705-24 35 70.									
Avresa	Tisd. den 31/10 kl. 14.30 från kansliet. Minibussen körs av Håna. Klara G åker med Åsa G. på fredag kl. 10.00. Adina åker själv dit och hem. Adina, Klara G och Sara åker hem på lördag kväll. Stefan åker själv och kommer på fredag.									
Mat	Alla måltider på hotellet.									
Kostnad	SM är, liksom alla mästerskapstävlingar, GRATIS.									
Logi	Scandic Elmia, vägg i vägg med badet. Rumsfördelning: Håkan / Micke–Stefan(fred-sönd) / Hugo–Max / Macce – Hampus – Victor / Sara W (tisd-lörd) - Klara E / Klara G – Adina (fred-lörd)									
Massör	Har vi tyvärr ingen denna gång.									
Tävlings Tider	Försök: Onsdag – lördag 09.30. Söndag 10.00. Finaler: Onsdag – lördag 17.30. Söndag 17.00.									
Insim	Tisd:14.00–20.00. Försök: Onsdag – Lördag: 07.30-09.15. Söndag: 08.00 - 09.45. Final: Onsdag 15.30-17.00. Torsdag – Lördag: 15.30-17.15. Söndag: 15.00-16.45 .									
Namn (11st)	Onsdag 1/11	Torsdag 2/11	Fredag 3/11	Lördag 4/11	Söndag 5/11					
Adina				50 br. lag						
Hampus	100 me. 50 fj.	100 fj. lag	200 ry. lag	200 fj. 100ry. lag	50 ry. lag					
Hugo	100 me. 50 fj.	100 br. lag	50 br. lag	50 fr. lag	100fr. lag					
Klara E			100 ry.	200 ry. lag	50 ry.					
Klara G				Lag						
Macce till Nrkpp på tisd 31/10	100 me. 50 fj.	100 br. lag	50 br. lag	50 fr. lag	100 fr. 50 ry. lag					
Max		lag	200 ry. lag	100 ry. lag	50 ry. lag					
Micke W	50 fj.	Lag	Lag	50 fr. lag	100 fr. Ev. lag					
Sara W	100 br.	200br.		50 br. lag						
Stefan			Lag	Lag	50 ry. lag					
Victor	50 fj.	Lag	Lag	100 ry. Lag	50 ry. lag					
Preliminära lag! Definitiva lag tas ut på plats.	Onsdag		Torsdag		Fredag		Lördag		Söndag	
	4x50fr DJ	4x200fr HJ	4x50 fr H J	4x200fr DJ	4x50me H J	4x100frJ	4x100fr H J	4x50me DJ	4x100MeDJ	4x100Me H J
			Hampus		Max		Hugo	Klara E		Max
			Hugo		Hugo		Victor	Sara W		Hugo
			Victor		Hampus		Hampus	Klara G		Hampus
			Max		Victor		Max	Adina		Victor
	4x50fr DS	4x200fr HS	4x50 fr H S	4x200fr DS	4x50meHS	4x100frS	4x100 fr HS	4x50me DS	4x100MeDS	4x100MeHS
			Macce		HL/SS		Macce			HL/ ME/ SS
			Hampus		HR/MF		Stefan			Hugo/ Macce
			Hugo		HL/MW/SS		Hugo			HL/ SS
		Micke		HR/MF/SS /MW		MW/HL			HR/MW/SS / MF	

Onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
Försök 9.30	Försök 9.30	Försök 10.00	Försök 09.30	Försök 10.00
1. 400 frisim herrar	13. 400 frisim damer	25. 200 fjärlil damer	36. 200 fjärlil herrar	47. 100 frisim damer
2. 200 medley damer	14. 200 medley herrar	26. 200 frisim herrar	37. 200 frisim damer	48. 100 frisim herrar
3. 100 medley herrar	15. 100 medley damer	27. 50 frisim damer	38. 50 frisim herrar	49. 400 medley damer
4. 100 fjärlil damer	16. 100 fjärlil herrar	28. 50 bröstsim herrar	39. 50 bröstsim damer	50. 400 medley herrar
5. 50 fjärlil herrar	17. 50 fjärlil damer	29. 100 ryggsim damer	40. 100 ryggsim herrar	51. 50 ryggsim damer
6. 100 bröst damer	18. 100 bröst herrar	30. 200 ryggsim herrar	41. 200 ryggsim damer	52. 50 ryggsim herrar
7. 200 bröstsim herrar	19. 200 bröstsim damer	31. 4x100 frisim dam J	42. 4x100 frisim herr J	53. 4x100 medley dam J
8. 4x50 frisim damer	20. 4x50 frisim herr J	33. 4x50 medley herr J	44. 4x50 medley dam J	55. 4x100 medley herr J
10. 4x200 frisim herr J	22. 4x200 frisim dam J	35. 1500 frisim damer	46. 1500 frisim herrar	
12. 800 frisim damer J	24. 800 frisim herrar			
Final 17.30	Final 17.30	Final 17.30	Final 17.30	Final 17.00
400 frisim herrar	400 frisim damer	200 fjärlil damer	200 fjärlil herrar	100 frisim damer
200 medley damer	200 medley herrar	200 frisim herrar	200 frisim damer	100 frisim herrar
100 medley herrar	100 medley damer	50 frisim damer	50 frisim herrar	400 medley damer
Två prisutdelningar	Två prisutdelningar	Två prisutdelningar	Två prisutdelningar	Två prisutdelningar
100 fjärlil damer	100 fjärlil herrar	50 bröstsim herrar	50 bröstsim damer	400 medley herrar
50 fjärlil herrar	50 fjärlil damer	100 ryggsim damer	100 ryggsim herrar	50 ryggsim damer
100 bröst damer	100 bröst herrar	200 ryggsim herrar	200 ryggsim damer	50 ryggsim herrar
200 bröstsim herrar	200 bröstsim damer	Tre prisutdelningar	Tre prisutdelningar	Tre prisutdelningar
Fyra prisutdelningar	Fyra prisutdelningar	1500 frisim damer	1500 frisim herrar	4x100 medley damer
800 frisim damer	800 frisim herrar	4x50 medley herrar	4x50 medley damer	4x100 medley herrar
4x200 frisim herrar	4x200 frisim damer	4x100 frisim damer	4x100 frisim herrar	Tre prisutdelningar
4x50 frisim damer	4x50 frisim herrar	Fyra prisutdelningar	Fyra prisutdelningar	Fyra prisutdelningar

Resultat 2016:

SM: 1 medalj, 8 finaler, 13e klubb. JSM: 8 medaljer(2 guld), 23 finaler, 4e klubb

Målsättning 2017:

SM: 1 medalj, 8 finaler, topp 15. JSM: 4 medaljer, 18 finaler, topp 8.

Vad krävdes 2016

NKK resultat 2016

Onsdag	NKK:are -17	1:a	2:a	3:a	8:e	B-final	Onsdag
1. 400 fr. H		3,41,38/3,42,92	3,43,21/3,50,37	3,47,87/3,50,52	3,54,72/3,56,11	*	
2. 200 me. D		2,08,94/2,13,14	2,12,86/2,15,48	2,13,14/2,16,44	2,19,11/2,20,63	2,21,38	
3. 100 me. H	MF,HR,HL	52,92/55,99	53,90/56,72	54,40/56,99	56,42/57,58	57,18	Hugo6:a/1:a55,99,Macce10:a/2:a56,52, Hampus14:e/5:a 57,2
4. 100 fj. D		56,47/59,40	58,23/59,51	59,05/1,01,16	1,01,37/1,02,35	1,02,71	Rebbe 13:e/9:a 1,02,61, Michelle 25:a 1,04,81
5. 50 fj. H	MW,MF, HR HL, VL	23,46 24,07	23,87 24,22	23,92 24,34	24,32 24,85	24,70	Micke 14:e 24,63, Hampus 15:e/4:a 24,70, Oscar 25,04 21:a/9:a Macce 25,18 22:a/10:e, Hugo 25,39 30:e/ 26:a
6. 100 br. D	Sara	1,05,26/1,06,11	1,07,32/1,08,49	1,07,63/1,09,72	1,10,73/1,11,14	1,11,60	Sara W 1,11,66 11:e/8:e
7. 200 br. H		2,08,43/2,13,16	2,11,11/2,13,87	2,11,16/2,15,00	2,15,41/2,17,84	2,18,91	
8. 4x50 fr. D		1,41,98/1,42,19	1,42,04/1,43,76	1,43,17/1,44,36	1,44,61/1,47,06	*	JSM:11:e 1,48,32, RDN 26,37, ST 27,21, KE 28,15, SW 26,59
10.4x200 fr.H		7,07,07/7,11,24	7,11,69/7,27,43	7,13,66/7,30,00	7,30,90/7,36,38	*	
12. 800 fr. D		8,41,21/8,41,22	8,43,56/8,49,036	8,44,88/8,52,41	9,05,75/9,08,82	*	
Torsdag	NKK:are -17	1:a	2:a	3:a	8:e	B-final	Torsdag
13. 400 fr. D		4,13,03/4,14,19	4,15,58/4,16,72	4,15,66/4,17,31	4,22,23/4,27,41	*	
14. 200 me. H		1,54,17/2,00,16	1,58,21/2,00,98	1,58,67/2,03,48	2,03,15/2,04,97	2,06,07	
15. 100 me. D		57,93/1,02,10	1,01,46/1,02,36	1,01,56/1,03,47	1,04,29/1,05,86	1,06,18	
16. 100 fj. H	Hampus	51,72/52,97	52,65/54,21	52,88/54,60	54,30/55,13	54,80	Hampus 54,60 15:e/3:a, Oscar 57,00 31:e/20:e
17. 50 fj. D		24,69/26,54	26,08/26,55	26,80/26,90	27,31/27,95	28,09	Rebbe 27,62, 14:a/8:e
18. 100 br. H	Macce, Hugo	58,17/1,00,77	1,00,24/1,01,78	1,00,31/1,02,23	1,01,82/1,03,08	1,03,10	Hugo 1,02,30 12:e/4:e Macce 1,02,89 14:e/7:e
19. 200 br. D	Sara	2,23,16/2,24,96	2,24,59/2,27,01	2,27,02/2,31,78	2,34,67/2,36,85	2,38,20	Sara W 2,32,75. 7:e/7:a
20. 4x50 fr. H	NKK Senior	1,27,68	1,28,25	1,30,26	1,31,38		SM: 8:e 1,31,38 HR 23,12, MF 22,47, AJ 23,40, MW 22,39
22.4x200fr. D	NKK Junior	1,31,53	1,31,72	1,31,92	1,35,47	*	JSM: 4:a 1,32,95, MF 23,31, HL 23,13, OS 23,68, HR 22,83
		7,44,98	7,47,72	7,59,72	8,12,16		
		7,44,98	8,01,85	8,05,48	8,13,10		
Fredag	NKK:are -17	1:a	2:a	3:a	8:e	B-final	Fredag
25. 200 fj. D		2,11,09/2,13,92	2,11,25/2,14,13	2,15,31/2,15,50	2,19,02/2,20,74	2,22,90	Rebbe 2,19,56, 10:e/6:e, Michelle 2,26,63, 29:e
26. 200 fr. H		1,45,66/1,46,83	1,46,00/1,47,85	1,46,02/1,48,34	1,48,34/1,50,28	1,50,02	
27. 50 fr. D		24,82/25,07	25,13/25,42	25,18/25,52	25,90/26,39	26,43	
28. 50 br. H	Macce, Hugo	26,70 28,22	27,26 28,40	27,29 28,55	28,22 28,92	28,84	Anton 28,23 7:a, Macce 28,51 10:e/3:a, Hugo 28,85 17:e/6:e
29. 100 ry. D	Klara E	57,70 58,99	58,88 1,01,42	1,00,37 1,01,77	1,03,12 1,03,60	1,04,11	
30. 200 ry. H	Hampus, Max	1,54,71 1,55,24	1,55,12 1,57,55	1,55,29 1,57,73	1,59,91 2,04,36	2,04,36	Hampus 2,02,91, 13:a/7:a, Max 2,06,25 21:e/12:e
31.4x100 fr.D		3,39,65 3,44,29	3,41,96 3,46,54	3,43,22 3,48,25	3,50,26 3,55,03	*	
33.4x50 me H	NKK Senior	1,35,98	1,36,28	1,39,29	1,41,05		3:e 1,39,29 HL 25,37, AJ 27,70, MW 23,99, MF 22,23
	NKK Junior	1,40,10	1,40,22	1,41,93	1,43,92	*	1a, 1,40,10, HL 25,10, MF 27,65, OS 24,71, HR 22,64
35.1500 fr. D		16,45,09/16,50,25	16,50,25/16,52,15	16,52,15/17,12,65	17,35,56/17,57,36		
Lördag	NKK:are -17	1:a	2:a	3:a	8:e	B-final	Lördag
36. 200 fj. H	Hampus	1,53,30 1,59,03	1,55,55 1,59,17	1,59,10 1,59,66	2,02,36 2,03,92	2,05,06	Hampus 2,05,06 16:e/12:e
37. 200 fr. D		1,58,53 1,59,58	1,55,51 2,02,01	2,00,51 2,03,19	2,03,57 2,05,21	2,05,54	Rebbe 2,04,55, 13:e/6:e, Michelle 2,08,63 27:e
38. 50 fr. H	MF, MW, HR,	21,83 22,28	21,96 22,66	22,12 22,80	22,80 23,24	23,12	MF 23,17 14:e/ 6:e Micke 23,08, 15:e, HR 23,48 26:e/11:e
39. 50 br.D	Sara, Adina	30,11/ 30,29	31,18/ 31,95	31,74/ 31,99	32,36/ 32,47	33,01	Sara W 32,14, 7:e/4:e, Adina 33,95 33:e/31:e
40. 100 ry. H	Hampus, Max, Victor	53,17 53,46	53,19 54,41	53,83 54,88	54,74 57,65	57,47	Max 59,13 28:e/18:e
41. 200 ry. D	Klara E	2,10,22 2,10,38	2,13,00 2,12,96	2,13,60 2,15,01	2,17,82 2,19,66	2,25,82	Elin 2,20,98 15:e/11:a
42.4x100fr. H	NKK Senior	3,13,26	3,15,17	3,17,49	3,24,29		SM : 8:e 3,24,29, MW 50,34, MF 50,93, HR 50,82, HL 52,20
	NKK Junior	3,17,37	3,21,75	3,23,94	3,27,96	*	JSM: 3:a, 3,23,94, MF 50,25, HR 50,25, HL 51,55, OS 51,89
44.4x50 me D	NKK Junior	1,50,43 1,53,11	1,51,76 1,53,45	1,52,50 1,54,71	1,55,11 1,57,24	*	7:a 1,55,70, ST 29,56, SW 31,87, RDN 27,56, MF 26,71 6:e 1,56,37, ST 29,66, SW 32,08,RDN 27,44, AE 27,19
46. 1500 fr.H		14,50,92 14,50,92	15,12,49 15,29,26	15,25,61 15,36,16	15,50,72 16,10,87	*	
Söndag	NKK:are -17	1:a	2:a	3:a	8:e	B-final	Söndag
47. 100 fr. D		52,78/55,30	54,82/55,57	55,45/56,27	55,93/57,28	57,29	Rebbe 57,39 13:e/9:e
48. 100 fr. H	Macce, Hugo, Micke	47,32 48,87	48,59 48,92	48,75 49,65	49,89 50,77	50,60	Macce 50,92, 20:e/9:a, Hugo 51,26 24:e/13:e
49. 400 me. D		4,39,13/ 4,46,44	4,45,22/ 4,55,16	4,48,42/ 4,56,40	4,57,63/ 5,00,59	*	
50. 400 me. H		4,07,98 4,14,67	4,08,72 4,19,12	4,14,52 4,24,16	4,24,16 4,28,79		
51. 50 ry. D	Klara E	27,49 27,36	28,07 28,05	28,12 28,36	29,14 29,34	29,75	Sara T 29,63 14:e/14:e
52. 50 ry. H	Hampus, Max Victor, Macce, Stefan	24,56 24,63	24,57 25,00	24,65 25,16	25,16 26,46	26,22	Hampus 25,40 7:e/3:e Macce 27,10 29:e/13:e
53.4x100me D		4,04,00/4,09,07	4,04,02/4,09,97	4,04,20/4,12,78	4,15,48/4,21,72		SM 11:e 4,21,69, ST 1,05,33, SW 1,11,48, MF 1,05,49 ,RDN 57,01 JSM: 11:a 4,22,70 KE 1,08,17, SW 1,11,22, RDN 1,03,30 ST 1,00,01
54.4x100me H	NKK Senior	3,34,10	3,34,19	3,40,28	3,47,16		SM:11:e 3,48,66, HL 56,98, MF 1,03,30, OS 57,92 MW 50,46
	NKK Junior	3,41,41	3,42,79	3,44,50	3,48,58	*	JSM:3:e, HL 55,95, HR 1,02,60, OS 56,32, MF 49,63