



**NORRKÖPINGS
KAPPSIMNINGSKLUBB**

Anmälan till Ungdoms-GP i Motala den 29-30/1 2022.

Till denna tävling åker simmare i grupperna: Elit, A-, B-, C- D och Sport Guld.

Inga begränsningar, så alla kommer med på det man anmäler sig till.

NKK rekommenderar att man inte simmar mer än 2 individuella grenar per tävlingspass vilket är inkluderat i kostnaden, önskar ni att anmäla Er på fler grenar individuellt sker det i samråd med Er tränare och det medför en extra kostnad om 75kr per gren, som ni kommer med på.

UGP vänder sig till alla simmare i ungdomsåldersklasserna. Tävlingen UGP kan i sin helhet ses som en del av träningsupplägget för aktuella åldrar, med många tävlingslopp och olika tävlingsdistanser. UGP genomförs tre gånger per år. Tävlingen genomförs med direktfinal. Alla simmare som anmäls kommer att få simma. Alla åldersklasser simmar i samma gren. Resultaten särskiljs sedan i resultatlistan. Då tävlingen arrangeras med fullständigt regelverk gäller följande för simmare 12 år och yngre: Simmare som tekniskt, mentalt och fysiskt har utvecklats på sådant sätt att de kan ytterligare stimuleras av delta i en sanktionerad tävling kan erbjudas denna möjlighet om tränaren bedömer att så är fallet.

OBS! Tänk på att NUSS går helgen efter. NUSS är ju ganska svår att komma med på. Vissa av er vet säkert att de kommer med på NUSS, så ni kan ju vara lite sparsamma med grenar på denna tävling, eller kanske stå över den helt.

Anmäl i vanlig ordning via NKK's hemsida. Kolla med din tränare vad som är lämpligt att simma innan du anmäler. **Sista datum för anmälan är den 11/1.**

Kostnad: Hela tävlingen: 600:-, 1 dag (två pass med lunch): 300:-. Enstaka pass: 125:-

Tävlingsvärd: Vi behöver en värd/pass. Hör av er till Håkan om ni kan ställa upp.

Mail: hakan.hertzman@nkk.se, eller sms: 0705-243570.

Transporter: Det ligger på er föräldrar att få era barn till och från Motala.

Mat: Vi kommer boka mat för de simmare som simmar 2 pass/dag.

Pass 1, lördag 09.00	Pass 2, lördag 15.00	Pass 3, söndag 09.00	Pass 4, söndag 15.00
1. 200m frisim D	8. 200m fjärilsim D	14. 200m frisim H	21. 200m fjärilsim H
2. 100m fjärilsim H	9. 200m medley H	15. 100m fjärl D	22. 200m medley D
3. 100m bröstsim D	10. 400m frisim D	16. 100m bröst H	23. 400m frisim H
4. 200m bröstsim H	11. 100m ryggsim H	17. 200m bröst D	24. 100m rygg D
5. 400m medley D	12. 200m ryggsim D	18. 400m medley H	25. 200m rygg H
6. 1500m frisim H	13. 100m frisim H	19. 1500m frisim D	26. 100m frisim D
7. 800 frisim H		20. 800m frisim D	

* en simmare får ej delta i både 800 och 1500 frisim, utan måste välja en.

A = 05

B = 06

C = 07

D = 08

E = 09

Äldre simmare (04 o äldre) samt yngre (10 o yngre), får anmäla sig, men deltar inte i UGP-tävlingen.

