



Välkomna till Utmanaren 3 i Sydpoolen, Södertälje fredagen den 22 oktober 2021

Insläpp:	Från kl. 17.00
Inträde:	50:-/familj inkl. en lott.
Samling:	Kl. 17.15 hos din tränare på förutbestämd plats
Insim från:	Kl. 17.30
Tävlingsstart:	Kl. 18.00
Uppvisningsheat för simskola:	Kl. 18.00 startar vi med uppvisningssim för simskola på kantbana 8. Anmälan via tränarna vid borden, samling på plats för simskolan kl. 17.30
Anmälan:	Görs vid ankomst vid borden för anmälan. Alla anmälningar lämnas till sekretariatet senast 17.30.
Deltagarpris:	Alla deltagare får ett deltagarpris.
Prisutdelning:	Pris till simmare som klarar medaljtiden. Prisutdelning sker med en grens förskjutning.
Lagkapp:	Lagkappen är öppen för alla åldrar. Sätt ihop ett lag och simma!
Grenordning:	Simsätt



1. **ELITHEATET 50m**
2. 25m Uppvisning Simskola
3. 4x50 Lagkapp

Rekommenderas för Fisken, Hajen, Teknik

- | | | Medaljtider: |
|----|--------------------------------|--------------------------|
| | | brons/silver/guld |
| 4. | 25m frisim flickor och pojkar | 29 / 26 / 23 |
| 5. | 50m frisim flickor och pojkar | 49 / 45 / 41 |
| 6. | 25m ryggsim flickor och pojkar | 32 / 29 / 26 |
| 7. | 50m ryggsim flickor och pojkar | 56 / 51 / 47 |

Rekommenderas för Teknik, Simiaden, Tävlingsgrupper

- | | | brons/silver/guld |
|-----|---------------------------------|--------------------------|
| 8. | 100m medley flickor och pojkar | 2:00 / 1:50 / 1:40 |
| 9. | 100m frisim flickor och pojkar | 1:35 / 1:25 / 1:15 |
| 10. | 100m ryggsim flickor och pojkar | 1:45 / 1:35 / 1:25 |

Alla som vill får vara med!
All vanlig träning i stora tävlingsbassängen utgår på grund av tävlingen.
Om man inte vill vara med så är man ledig denna kväll.
Undervisningsbassängens lektioner simmar på som vanligt.

Välkomna!
Södertälje Simsällskap