

**Söderhamns Simsällskap har nöjet att inbjuda er till:**



# AQUARENA RACE

18-19 APRIL 2020  
AQUARENA HÄLLÅSEN I SÖDERHAMN



Plats:	Aquarena Hällåsen, Söderhamn 7 x 25 m med Ares elektriska tidtagning.
Tid:	Pass 1 Lördag 18/4 Insimning kl 8:30, Tävlingsstart kl 10:00  Pass 2 Lördag 18/4 Tävlingsstart 2 timmar efter pass 1 slut  Pass 3 Söndag 19/4 Insimning kl 8:30, Tävlingsstart kl 10:00
Anmälan:	Anmälan görs via OCTO senast fredagen den 10 april Frågor gällande anmälningar kan göras till Sven-Åke Gustavsson, <a href="mailto:tavling.mssf@vstm.rf.se">tavling.mssf@vstm.rf.se</a> 070-511 67 92
Strykningar:	Strykningar av simmare skall ske senast en (1) timme före respektive tävlingspass början, strykningar registreras i tränarappen alternativt lämnas till tävlingsbyrån.
Anmälningsavgift:	65:-/start, 85:-/lag - Avgifterna faktureras i efterhand av SSS.
Lagkapp:	Vid lagkapp gäller att laguppställning lämnas till tävlingssekretariatet senast en (1) timme före tävlingspassets början. Det går även att registrera laguppställningar via tränarappen.
Priser:	Till de som uppnår flest Finapoäng i varje åldersklass. <b>A – C beräknas poängen på 6 distanser</b> <b>D – E beräknas poängen på 5 distanser</b> Medalj samt presentkort till placering 1-3 och nyttopriser till placering 4-6 i varje åldersklass dessutom pris till alla heatvinnare.
Omklädning:	Sker i olåsta skåp, så medtag hänglås. Arrangören ansvarar inte för förlorade värdesaker.
Mat & Logi:	Mat och logi går att boka genom oss på Flygstaden. Boende i flerbäddsrum: 250:-/pers och natt Enkelrum: 395:-/natt Dubbelrum: 545:-/natt Frukost: 70:-/pers Lunch: 90:-/pers  Beställning av mat görs genom mail till: <a href="mailto:info@soderhamnssim.se">info@soderhamnssim.se</a> senast den 10 april. Ange ev. allergier/specialkost.  Vi har även cafét öppet där man kan inhandla ”enklare” rätter som korv, paj, sallad samt dricka, fika, glass, godis mm.
Upplysningar:	Per Nilsson: <a href="mailto:info@soderhamnssim.se">info@soderhamnssim.se</a> - 070-519 37 00

## Klassindelning

Pojkar och flickor	A	Födda 2003 och tidigare
Pojkar och flickor	B	Födda 2004 – 2005
Pojkar och flickor	C	Födda 2006 – 2007
Pojkar och flickor	D	Födda 2008 – 2009
Pojkar och flickor	E	Födda 2010 och senare



## Grenordning

### Pass 1: Tävlingsstart 10:00

1.	50m	Fjärilsim	Pojkar	A – E
2.	50m	Fjärilsim	Flickor	A - E
3.	100m	Medley	Pojkar	A - E
4.	100m	Medley	Flickor	A - E
5.	50m	Ryggsim	Pojkar	A - E
6.	50m	Ryggsim	Flickor	A - E

### Paus 15 min

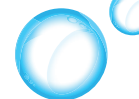
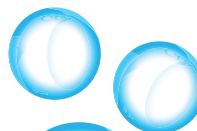
7.	4x50m	Frisim	Pojkar	Öppen klass
8.	4x50m	Frisim	Flickor	Öppen klass
9.	400m	Frisim	Pojkar	A - C
10.	400m	Frisim	Flickor	A - C

### Pass 2: Tävlingsstart 2 tim efter pass 1 slut

11.	200m	Frisim	Pojkar	D
12.	200m	Frisim	Flickor	D
13.	100m	Ryggsim	Pojkar	A - E
14.	100m	Ryggsim	Flickor	A - E
15.	50m	Bröstsims	Pojkar	A - E
16.	50m	Bröstsims	Flickor	A - E

### Paus 15 min

17.	100m	Fjärilsim	Pojkar	A - C
18.	100m	Fjärilsim	Flickor	A - C
19.	100m	Frisim	Pojkar	A - E
20.	100m	Frisim	Flickor	A - E



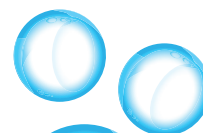
### Pass 3: Tävlingsstart 10:00

- |     |      |           |         |       |
|-----|------|-----------|---------|-------|
| 21. | 200m | Medley    | Pojkar  | A - C |
| 22. | 200m | Medley    | Flickor | A - C |
| 23. | 100m | Bröstsims | Pojkar  | A - E |
| 24. | 100m | Bröstsims | Flickor | A - E |

### Paus 15 min

- |     |       |        |         |             |
|-----|-------|--------|---------|-------------|
| 25. | 50m   | Frisim | Pojkar  | A - E       |
| 26. | 50m   | Frisim | Flickor | A - E       |
| 27. | 4x50m | Medley | Pojkar  | Öppen klass |
| 28. | 4x50m | Medley | Flickor | Öppen klass |

### Prisutdelning



Tävlingen kan följas live på: <http://livetiming.se/>