



PM UGP 2

- Datum:** 9-10/3 2013
Plats: Söra simhall, Åkersberga
Bassäng: 25 m bassäng, 6 banor, elektronisk tidtagning
- Tränare:** Erika Ericsson 070-3449350, Agneta Timbäck 076-1651317, Hedvig Ekmark 073-6301843 + några fler tränare
- Tävlingstider:**
- | | |
|----------------------|----------------------------------|
| Lördag 9/3, pass 1: | Start 09.00, insim 08.00 - 08.45 |
| Lördag 9/3, pass 2: | Start 15.00, insim 14.00 - 14.45 |
| Söndag 10/3, pass 3: | Start 09.00, insim 08.00 - 08.45 |
| Söndag 10/3, pass 4: | Start 15.00, insim 14.00-14.45 |
- OBS! Insläpp tidigast 07.30!**
- Strykningar:** Vid sjukdom måste tränare meddelas senast 1 timme före tävlingsstart annars debiteras simmaren för strykningen. Sen ankomst måste meddelas tränaren, annars finns risk för strykning som görs 1 timme före tävlingsstart.
- Start:** Hängande start tillämpas för att tävlingen skall gå snabbare, det gäller alla grenar utom för ryggsim.
- Startlista:** Finns på förbundets hemsida: www.stockholmsim.se och på Åkersbergas hemsida: www.akersbergass.se
- Omklädning** **OBS!! Nyhet i Söra simhall.** Skåp låses med eget hänglås.
- Prisutdelning:** Placering 1-3 i varje klass erhåller medalj.
- Heatlistor:** Anslås på glasväggarna utanför simhallen och i korridoren mellan omklädningsrum och simbassäng. Delas ut i 2 exemplar till deltagande klubbar i klubbmack som finns vid sekretariatet. Finns även till försäljning.
- Resultat:** Resultat anslås i cafeterian under tävlingen. Resultat kommer också att finnas tillgängliga på vår hemsida efter tävlingens slut.
- Parkering:** Vid torrt väglag på fotbollsplanen – i annat fall på PIAB:s parkering tvärs över stora vägen, [se karta](#).

Rekreation:

Pga andra idrottsaktiviteter i Sim- och sporthallen, kan inte gymnastikhallarna nyttjas för vila/rekreation.

Klasser

A 17 år-äldre

B 14-16 år

C 11-13 år

D 10 år- yngre

Grenordning UGP**Pass 1 UGP 9mars**

Gren 1. 100m Frisim Herrar

Gren 2. 800m Frisim Damer

Prisutdelning Gren 1-2

Gren 3. 200m Fjärilssim Herrar

Gren 4. 100m Fjärilssim Damer

Prisutdelning Gren 3-4**Pass 2 UGP 9mars**

Gren 5. 200m Ryggsim Damer

Gren 6. 100m Ryggsim Herrar

Prisutdelning gren 5-6

Gren 7. 200m Frisim Damer

Gren 8. 200m Medley Herrar

Prisutdelning gren 7- 8

Gren 9. 400m Medley Damer

Prisutdelning gren 9**Pass 3 UGP 10mars**

Gren 10. 100m Bröstsım Damer

Gren 11. 200m Bröstsım Herrar

Prisutdelning gren 10-11

Gren 12. 400m Frisim Damer

Prisutdelning gren 12

Gren 13. 1500frisim Herrar

Pass 4 UGP 10 mars – ÖPPNA KLASSER

14. 50 fj damer

15. 50 fj herrar

16. 50 ry damer

17. 50 ry herrar

Prisutdelning gren 14-17

18. 50 br damer

19. 50 br herrar

20. 50 fr damer

21. 50 fr herrar

Prisutdelning gren 18-21

22. 100 fj herrar

23. 200 fj damer

24. 200 ry herrar

Prisutdelning gren 22-24

25. 100 ry damer

26. 100 br herrar

27. 200 br damer

Prisutdelning gren 25-26

