



HÄRNÖSANDS SIMSÄLLSKAP

i samarbete med

Mellannorrlands simförbund
och
Norrlands simförbund

inbjuder till:

NM/Para NM, Open 2019, kortbana

Arrangör: Härnösands Simsällskap.
Plats: Härnösands simhall.
Bassäng: 25 m, 7 banor, inomhus och eltidtagning.
Tävlingsdatum: 13-15 december 2019.

			Insim	Start
Tävlingstider:	Pass 1	Fredag	17.30 – 18.45	19.00
	Pass 2	Lördag	08.30 – 09.45	10.00
	Pass 3	Lördag	16.00 – 17.10	17.30
	Pass 4	Söndag	07.30 – 08.45	09.00
	Pass 5	Söndag	15.30 – 16.45	17.00

Anmälan: www.tempusanmalan.se. Parasim: maila hans.Skoglund@msb.se
Sista anmälningsdag är 25 november

Avanmälan: Görs till fram tills fredag den 6 december kl. 12.00. Därefter gäller: Sista tid för avanmälan/strykning till respektive pass är 90 min före passets start. Vänligen respektera tiden för avanmälan! Vid för sent inlämnad avanmälan uttages en avgift på 160:- enligt § 225 i SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser.

- Avsimning/ vila:** Möjlighet till avsimning finns i undervisningsbassängen.
Relax- avdelningen står till förfogande för avslappning eller uppladdning.
Finns även möjlighet att få frisk uteluft via relaxen.
- Begränsning av starter:** Härnösands simsällskap förbehåller sig rätten att begränsa antalet starter, för att kunna genomföra tävlingen inom planerade tidsramar.
- Betalning:** Avgifter för starter, mat och logi faktureras.
- Efteranmälan:** Får mot en avgift om 200kr /start göras senast torsdagen den 6 december
- Grenordning:** Se sidan 3 och 4.
- Invigning:** Lördagen den 14 december kl.17.15
- Kvaltider/period** Alla tävlande måste ha en registrerad tid i tempus eller dyligt för respektive gren.
Kvalperiod 2018-05-25 – 2019-12-01
- Lagpris** Vandringspris går till bästa klubb.
Poängberäkning sker enligt SSF § 310, motsvarande SM
- Mat, logi:** Anmälan - se bilaga. OBS! Måste förbokas.
- Priser:** Prisutdelning med en grens förskjutning efter varje avslutad final/gren.
Plaketter till placering 1-3.
- Startavgift:** Anmälan 75 kr/individuell start och 100kr/lag som faktureras av HSS
- Startlista/PM:** Finns på LiveTiming efter anmälningstidens utgång
- Tekniskt möte:** En representant per förening, samling i relaxen lördag kl.9.00

Upplysningar

- Tävlingen generellt:** Hans Skoglund: hans.Skoglund@msb.se
Mobil: 070-325 03 08
- Tävlingsledare** Christina Vosveld christina.vosveld@harnosand.se
Mobil: 070-340 10 46

Grenordning NM kortbana 2019 13-15 december

Dag 1 - Pass 1 fredag 19.00

- 1.400 Medley Damer, DF
- 2.400 Medley Herrar, DF
- 3.1500 Frisim Damer, DF
- 4.1500 Frisim Herrar, DF
- 5.4x200 Frisim Damer, DF
- 6.4x200 Frisim Herrar, DF

Dag 2 -Pass 2 lördag 10.00

- 7.4x50 Medley herrar, DF endast kvällspass
- 8.4x50 Frisim Damer, DF endast kvällspass
- 9. 100 Frisim Herrar, försök
- 10.200 Frisim Damer, försök
- 11. 50 Bröstsimm Herrar, försök
- 12.100 Bröstsimm Damer, försök
- 13. 200 Fjärilsimm Herrar, DF sista heat kvällspass
- 14. 100 Fjärilsimm Damer, försök
- 15. 100 Ryggsimm Herrar, försök
- 16. 50 Ryggsimm Damer, försök
- 17.100 Medley Herrar, försök
- 18. 200 Medley Damer, DF sista heat kvällspass
- 19. 400 Frisim Herrar, DF sista heat kvällspass
- 20. 50 Frisim Damer, försök
- 21. 50 Fjärilsimm Herrar, försök
- 22. 200 Ryggsimm Damer, DF sista heat kvällspass
- 23. 200 Bröstsimm Herrar, DF sista heat kvällspass
- 24.800 Frisim Damer, DF sista heat kvällspass
- 25. 4x100 Frisim Herrar, DF endast kvällspass
- 26. 4x100 Medley damer, DF endast kvällspass

Dag 2 -Pass 3 lördag 17.30

- 7.4x50 Medley herrar, finalheat
- 8.4x50 Frisim Damer, finalheat
- 9. 100 Frisim Herrar, B-final, A-final
- 10.200 Frisim Damer, finalheat
- 11. 50 Bröstsimm Herrar, B-final. A-final
- 12.100 Bröstsimm Damer, B-final. A-final
- 13. 200 Fjärilsimm Herrar, finalheat
- 14. 100 Fjärilsimm Damer, B-final. A-final
- 15. 100 Ryggsimm Herrar, B-final. A-final
- 16. 50 Ryggsimm Damer, B-final. A-final
- 17.100 Medley Herrar, B-final. A-final
- 18. 200 Medley Damer, finalheat
- 19. 400 Frisim Herrar, finalheat
- 20. 50 Frisim Damer, B-final. A-final
- 21. 50 Fjärilsimm Herrar, B-final. A-final
- 22. 200 Ryggsimm Damer, finalheat
- 23. 200 Bröstsimm Herrar, finalheat
- 24.800 Frisim Damer, finalheat
- 25. 4x100 Frisim Herrar, finalheat
- 26. 4x100 Medley damer, finalheat

Dag 3 – Pass 4 Söndag 9.00

- 27.4x50 Medley Damer, DF endast kvällspass
- 28.4x50 Frisim Herrar, DF endast kvällspass
- 29. 100 Frisim Damer, försök
- 30.200 Frisim Herrar, DF sista heat kvällspass
- 31. 50 Bröstsım Damer, försök
- 32. 100 Bröstsım Herrar, försök
- 33. 200 Fjärilsım Damer, DF sista heat kvällspass
- 34. 100 Fjärilsım Herrar, försök
- 35. 100 Ryggsım Damer, försök
- 36. 50 Ryggsım Herrar, försök
- 37.100 Medley Herrar, försök
- 38. 200 Medley Herrar, DF sista heat kvällspass
- 39. 400 Frisım Damer, DF sista heat kvällspass
- 40. 50 Frisım Herrar, försök
- 41. 50 Fjärilsım Damer, försök
- 42. 200 Ryggsım Herrar, DF sista heat kvällspass
- 43. 200 Bröstsım Damer, DF sista heat kvällspass
- 44.800 Frisım Herrar, DF sista heat kvällspass
- 45. 4x100 Frisım Damer, DF endast kvällspass
- 46.4x100 Medley Herrar, DF endast kvällspass

Dag 3 – Pass 5 Söndag 17.00

- 27.4x50 Medley Damer, finalheat
- 28.4x50 Frisım Herrar, finalheat
- 29. 100 Frisım Damer, B-final. A-final
- 30.200 Frisım Herrar, finalheat
- 31. 50 Bröstsım Damer, B-final. A-final
- 32. 100 Bröstsım Herrar, B-final. A-final
- 33. 200 Fjärilsım Damer, finalheat
- 34. 100 Fjärilsım Herrar, B-final. A-final
- 35. 100 Ryggsım Damer, B-final. A-final
- 36. 50 Ryggsım Herrar, B-final. A-final
- 37.100 Medley Damer, B-final. A-final
- 38. 200 Medley Herrar, finalheat
- 39. 400 Frisım Damer, finalheat
- 40. 50 Frisım Herrar, B-final. A-final
- 41. 50 Fjärilsım Damer, B-final. A-final
- 42. 200 Ryggsım Herrar, finalheat
- 43. 200 Bröstsım Damer, finalheat
- 44.800 Frisım Herrar, finalheat
- 45. 4x100 Frisım Damer, finalheat
- 46.4x100 Medley Herrar, finalheat