

UTMANAREN 1, TORSDAGEN DEN 9 februari 2012



Välkommen till vårens första utmanartävling. Utmanaren är framförallt en tävling för våra yngre simmare. Alla börjar med att simma 25 meter och går sedan vidare till 50 och 100 meter när guldtiderna i de olika simsätten uppnåtts. I denna deltävling simmas 25, 50 och 100 meter frisim samt ryggsim. Du simmar bara en sträcka av varje simsätt. Din tränare har ett utmanarbevis där uppnådda tider markeras. Det beviset får du när du klarat alla guldtider. Tillsammans med din tränare bestämmer du vad du ska simma denna gång och din tränare anmäler dig sedan till tävlingen. Utmanartävlingen avgörs alltid i Vilundabadet.

Viktiga tider

Avprickning 17.20 i gamla Vilundabadets reception

Samling 17.40 sök upp din tränare

Insim 17.45

Anga la banga 18.10

Tävlingsstart 18.15

Grenordning

- Gren 1 25 meter frisim flickor
- Gren 2 25 meter frisim pojkar
- Gren 3 50 meter frisim flickor
- Gren 4 50 meter frisim pojkar
- Gren 5 100 meter frisim flickor
- Gren 6 100 meter frisim pojkar
- Gren 7 25 meter ryggsim flickor
- Gren 8 25 meter ryggsim pojkar
- Gren 9 50 meter ryggsim flickor
- Gren 10 50 meter ryggsim pojkar
- Gren 11 100 meter ryggsim flickor
- Gren 12 100 meter ryggsim pojkar
- Gren 13 200 frisim pojkar och flickor

Från klockan 18.00 kommer bana nummer 8 att vara spurtbana. Då får du bara simma fart, i en riktning, där.

OBS!!

Glöm inte att ta med overall, SKOR, vattenflaska, väsbybadmössa (finns att köpa), glasögon o.s.v. Om du av någon anledning inte kan komma måste du så fort som möjligt ringa till din tränare och berätta det.

Till alla föräldrar!

Du som förälder ska en gång per termin ställa upp som funktionär på utmanaren. Information om detta skickas ut inför varje utmanare.
