



# *Mariestads simsällskap*

*Inbjuder till*

## *Lane 4 cup 2013*

*den 8 och 9 juni  
på Ekuddenbadet  
i*

*Mariestad*



# Lane 4 Cup 2013

Lördagen den 8 och Söndagen den 9 juni på Ekuddenbadet i Mariestad

Tävlingen körs med elektrisk tidtagning med plattor  
för 33:e året i Ekuddens utomhusbassäng (50m x 7 banor)

## GRENAR

Grenar och klasser redovisas separat längre fram i inbjudan. Vi vill dock särskilt uppmärksamma gren 67 1000 m lagkapp. Lagen kan bestå av max 20 min 3 simmare, vill en klubb anmäla 2 lag måste varje lag innehålla minst 11 simmare, både pojkar och flickor. En och samma simmare får göra mer än en start, och vi vill också att klubbens tränare eller ledare simmar första sträckan. Vi hoppas att detta ska vara ett roligt och spännande inslag.

## TIDER

|                  | Lördag 8 juni |          | Söndag 9 juni |          |
|------------------|---------------|----------|---------------|----------|
|                  | Pass 1        | Pass 2 * | Pass 3        | Pass 4 * |
| Informationsmöte | Kl 08.30      |          | Kl 08.30      |          |
| Insimning        | Kl 08.30      | Kl 14.00 | Kl 08.30      | Kl 14.00 |
| Första start     | Kl 09.30      | Kl 15.00 | Kl 09.30      | Kl 15.00 |

\* Starten på pass 2 & 4 kan komma att ändras beroende på antalet startande

## PRISER

Medaljer och Lane 4 produkt till de tre första i varje gren.

Bästa klubb erhåller presentkort på 5000 kr för träningsläger med OLKA-Sportresor. ( gäller **ej** arrangörsklubben)

Poängberäkning 7, 5, 4, 3, 2 och 1 (exkl. 1000 m lagkapp)

## INMARSCH

Lördagens tävlingar kommer att inledas med en inmarsch med representanter från de deltagande klubbarna.

## ANMÄLAN

Anmälan via OCTO eller på SSF:s anmälningslista eller anmälningsfil via e-post, skall vara oss tillhanda senast Lördagen **den 1 juni 2013** under adressen:

Mariestads Simsällskap  
c/o Lars Backlund  
Blomstervägen 29  
542 43 Mariestad

E-post: [tavling@mariestadss.se](mailto:tavling@mariestadss.se)

Ange **faktureringsadress** i samband med anmälan.

Grenfil kommer att finnas på vår hemsida. <http://www.mariestadssimsallskap.se/>

Efteranmälningar mottages i mån av plats. Vi förbehåller oss rätten att göra heatbegränsningar vid för stort deltagarantal.

## STRYKNINGAR

Strykningar skall vara MSS tillhanda senast fredagen den 7/6 kl 18.00 för lördagens pass på tel 0501-144 44 eller E-post: [larsbacklund@tele2.se](mailto:larsbacklund@tele2.se) (OBS Idnr).  
Övriga strykningar direkt till sekretariatet före föregående pass slut.  
Vid tom bana utan strykning enligt ovan 100:- straffavgift.

## ANMÄLNINGSavgIFT

Individuell start 60 kr, 1000m lagkapp (max 2 lag per klubb ) 100kr, efteranmälan 100 kr, vid anmälan med Grodan-anmälningofil via e-post. Vid anmälan med enbart anmälningslista tillkommer 10 kr per start.

Startlista er till handa via mail v.23. kommer även att finnas på vår hemsida

## LUNCH **OBS! Nytt Pris OBS!**

Vi kommer att kunna erbjuda en bra lunch till ett pris av **75:-** mellan tävlingspassen.

**Matbeställning senast den 1/6.** till samma adress som tävlingsanmälan.

## LOGI

Bokning sker direkt till resp. ställe enl. nedan:

|          |                  |                 |
|----------|------------------|-----------------|
| Telefon: | Statshotellet    | 0501 - 13800    |
|          | Hotell Vänerport | 0501 - 771 11   |
|          | Vandrarhemmet    | 0501 - 104 48   |
|          | Ekuddens Camping | 0501 - 106 37   |
|          | Turistbyrån      | 0501 - 75 58 50 |

## UPPLYSNINGAR

Frågor kring inbjudan : Lars Backlund 0501-144 44, 070-6424956,  
Daniel Lövgren 0501-187 43, 070-6046893

## Tävling klasser

| Klasser | Pojkar/Flickor | Frisim               | Brösts       | Ryggsim      | Fjärilsim | Medley |
|---------|----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------|--------|
| A       | 16 år & ä      | 100m<br>200m<br>400m | 100m<br>200m | 100m<br>200m | 100m      | 200m   |
| B       | 14 -15 år      | 100m<br>200m<br>400m | 100m<br>200m | 100m         | 100m      | 200m   |
| C       | 12 – 13 år     | 100m<br>200m         | 100m         | 100m         | 100m      | 200m   |
| D       | 11 år & y      | 100m<br>200m         | 100m         | 100m         | 50m       | 200m   |
| A – B   | 14 år & ä      | 50m                  |              |              |           |        |
| C - D   | 13 år & y      | 50m                  |              |              |           |        |
| Lag     | Alla           | 1000m                |              |              |           |        |

\*\* Vi ser gärna att första sträckan i 1000 m lagkappen simmas av klubbens tränare eller ledare.

## Dag1

Pass 1 09.30

Gren

|    |     |           |         |     |
|----|-----|-----------|---------|-----|
| 1  | 50  | Frisim    | Flickor | A-B |
| 2  | 50  | Frisim    | Pojkar  | A-B |
| 3  | 50  | Fjärilsim | Flickor | D   |
| 4  | 50  | Fjärilsim | Pojkar  | D   |
| 5  | 200 | Frisim    | Flickor | B   |
| 6  | 200 | Frisim    | Pojkar  | B   |
| 7  | 400 | Frisim    | Flickor | A   |
| 8  | 400 | Frisim    | Pojkar  | A   |
| 9  | 100 | Ryggsim   | Flickor | D   |
| 10 | 100 | Ryggsim   | Pojkar  | D   |
| 11 | 200 | Frisim    | Flickor | C   |
| 12 | 200 | Frisim    | Pojkar  | C   |
| 13 | 100 | Fjärilsim | Flickor | B   |
| 14 | 100 | Fjärilsim | Pojkar  | B   |
| 15 | 100 | Ryggsim   | Flickor | A   |
| 16 | 100 | Ryggsim   | Pojkar  | A   |

Pass 2 15.00

Gren

|    |     |           |         |       |
|----|-----|-----------|---------|-------|
| 17 | 50  | Frisim    | Flickor | Final |
| 18 | 50  | Frisim    | Pojkar  | Final |
| 19 | 100 | Brösts    | Flickor | C     |
| 20 | 100 | Brösts    | Pojkar  | C     |
| 21 | 200 | Brösts    | Flickor | B     |
| 22 | 200 | Brösts    | Pojkar  | B     |
| 23 | 200 | Medley    | Flickor | A     |
| 24 | 200 | Medley    | Pojkar  | A     |
| 25 | 100 | Ryggsim   | Flickor | C     |
| 26 | 100 | Ryggsim   | Pojkar  | C     |
| 27 | 100 | Brösts    | Flickor | D     |
| 28 | 100 | Brösts    | Pojkar  | D     |
| 29 | 100 | Frisim    | Flickor | B     |
| 30 | 100 | Frisim    | Pojkar  | B     |
| 31 | 100 | Fjärilsim | Flickor | A     |
| 32 | 100 | Fjärilsim | Pojkar  | A     |

## Dag 2

Pass 3 09.30

|    |     |         |         |     |
|----|-----|---------|---------|-----|
| 33 | 50  | Frisim  | Flickor | C-D |
| 34 | 50  | Frisim  | Pojkar  | C-D |
| 35 | 100 | Frisim  | Flickor | A   |
| 36 | 100 | Frisim  | Pojkar  | A   |
| 37 | 100 | Frisim  | Flickor | D   |
| 38 | 100 | Frisim  | Pojkar  | D   |
| 39 | 200 | Medley  | Flickor | B   |
| 40 | 200 | Medley  | Pojkar  | B   |
| 41 | 100 | Brösts  | Flickor | A   |
| 42 | 100 | Brösts  | Pojkar  | A   |
| 43 | 200 | Medley  | Flickor | C   |
| 44 | 200 | Medley  | Pojkar  | C   |
| 45 | 200 | Medley  | Flickor | D   |
| 46 | 200 | Medley  | Pojkar  | D   |
| 47 | 100 | Ryggsim | Flickor | B   |
| 48 | 100 | Ryggsim | Pojkar  | B   |
| 49 | 200 | Ryggsim | Flickor | A   |
| 50 | 200 | Ryggsim | Pojkar  | A   |

Pass 4 15.00

|    |      |           |         |       |
|----|------|-----------|---------|-------|
| 51 | 50   | Frisim    | Flickor | Final |
| 52 | 50   | Frisim    | Pojkar  | Final |
| 53 | 200  | Brösts    | Flickor | A     |
| 54 | 200  | Brösts    | Pojkar  | A     |
| 55 | 100  | Brösts    | Flickor | B     |
| 56 | 100  | Brösts    | Pojkar  | B     |
| 57 | 100  | Frisim    | Flickor | C     |
| 58 | 100  | Frisim    | Pojkar  | C     |
| 59 | 200  | Frisim    | Flickor | D     |
| 60 | 200  | Frisim    | Pojkar  | D     |
| 61 | 200  | Frisim    | Flickor | A     |
| 62 | 200  | Frisim    | Pojkar  | A     |
| 63 | 400  | Frisim    | Flickor | B     |
| 64 | 400  | Frisim    | Pojkar  | B     |
| 65 | 100  | Fjärilsim | Flickor | C     |
| 66 | 100  | Fjärilsim | Pojkar  | C     |
| 67 | 1000 | Lagkapp   |         | Alla  |