

# MISSA INTE



2015

## 4 – 6 SEPTEMBER • WALKESBORGSBADET UDDEVALLA 25 meter – 8 banor

*Miss inte årets Arena USO - en tävling med stjärnor på plats! Försök och final och ett av Sveriges största prisbord med över 100 000 kr i prispott!!!*

Tävlingstider:	Fredag 4/9	16.30 Försök och direktfinaler blandat	
	Lördag 5/9	09.00 Försök	16.00 Final
	Söndag 6/9	09.00 Försök	15.00 Final

**Insim:** Från 1,5 timme före varje tävlingspass.

Tävlingsklasser:	<b>A 17 o ä</b>	50-100-200 Fj/Ry/Br/Fr, 400 Fr, 200 Me
	<b>B 15-16</b>	50-100-200 Fj/Ry/Br/Fr, 400 Fr, 200 Me
	<b>C 13-14</b>	50-100 Fj/Ry/Br/Fr, 400 Fr, 200 Me
	<b>D 12 o y</b>	50 Fj/Ry/Br/Fr, 100 Ry/Br/Fr, 100 Me

Lagkapper:	<b>A-C</b>	4x100 Me, 4x100 Fr
		Valfri blandning av åldrar ur A-B-C i varje lag. Samtliga lagkapper simmas i direktfinal.
	<b>D</b>	4x50 Me, 4x50 F

I samarbete med: **SWIMSHOP**  
swimshop.se



Destination

► UDDEVALLA Handelsbanken BOHUSLÄNINGEN

# VÄLKOMMEN!



- Anmälan:** Anmälan skall vara registrerad i OCTO senast Onsdag den 19 augusti.  
För frågor kontakta: [daniel@uddevallasim.se](mailto:daniel@uddevallasim.se).
- Startavgift:** 70:-/ind. start, vid anmälan på OCTO / anmälningsfil.  
85:-/lag start, vid anmälan på OCTO / anmälningsfil.  
Vid anmälan med anmälningslista tillkommer 10:-/start /anmälan.
- Efteranmälan:** Kan göras fram till den 4/9 kl 12:00 mot dubbel startavgift vid mån av plats.
- Strykningar:** Strykningar för Pass 1 görs senast fredagen 4/9 12:00. Övriga strykningar senast 30 minuter efter avslutat föregående pass.
- Heat:**
- |                      |                                 |
|----------------------|---------------------------------|
| 50 m distanser       | 5 heat/åldersklass i försök     |
| 100 m distanser      | 4 heat/åldersklass i försök     |
| 200 m distanser      | 2 heat/åldersklass i försök     |
| 400 m distanser      | 2 heat/åldersklass i försök     |
| 100 m medley D-klass | 3 heat. Simmas i direktfinaler. |
| 4x100 m distanser    | 3 heat. Simmas i direktfinaler. |
| 4x50 m distanser     | 3 heat. Simmas i direktfinaler. |
- Poäng:** Till de åtta främsta i varje gren enligt: 14-12-10-8-6-4-2-1
- Priser:** Medalj till de tre främsta i varje gren. Dessutom i varje individuell gren:  
**1:a 400 kr** i värdecheckar att handla för i Simshopen.  
**2:a 200 kr** i värdecheckar att handla för i Simshopen.  
**3:a 100 kr** i värdecheckar att handla för i Simshopen.  
I lagkapperna tilldelas pristagarna fina nyttopriser från våra sponsorer!
- Bästa klubb i varje åldersklass: 3000 kr!**  
**Bästa klubb sammanlagt: 10 000 kr!**  
**Bästa prestation för dam/herr varje åldersklass: Pulslocka!**

**Jag kommer på Arena USO 2015!**

Ulrika Sandmark, förbundskapten Simlandslaget



**Välkomna att tävla hos oss på ARENA USO 2015!**



## Mat & Logi



Lunchbuffé Harrys lördag/söndag: 90 kr/portion. Rejäl mat inkl. sallad och frukt.  
Middag Carlia fredag/lördag: 95 kr/portion. Rejäl mat inkl. sallad och frukt.  
För de som sover på hårt golv erbjuder vi även frukost: 45kr/portion.



[www.carlia.com](http://www.carlia.com) Hotell Carlia 5 min gångväg från simhallen.  
Enkelrum: 650 kr, Dubbelrum: 825 kr, Trippelrum: 1150 kr, Fyrbäddsrum: 1500 kr.  
Samtliga priser/natt. Serverar även middagsbuffé för 95 kr/person. Logi & mat på Carlia bokas direkt till [dennis@uddevallasim.se](mailto:dennis@uddevallasim.se)



[www.bohusgarden.se](http://www.bohusgarden.se) Tel. 0522-364 20. Bokningskod USO 2015  
Njut av wellnessavdelning och utsikt med ett premiumboende på Bohusgården!  
15 minuter gångväg från simhallen eller 5 min med bil.  
Enkelrum: 795 kr, Dubbelrum: 995 kr, Trippelrum: 1185 kr, Fyrbäddsrum: 1500 kr.  
Samtliga priser/natt. Serveras även en stor simmarbuffé inkl. dessert/glass/dryck på kvällar för 195 kr/person. Logi & mat bokas direkt till hotellet.



[www.folketshusuddevalla.se](http://www.folketshusuddevalla.se) Tel. 0522-104 94. Bokningskod USO 2015  
Logi på golv i anslutning till simhallen. 90 kr/person/natt.

### Mer Info:

Löpande information om tävlingen på [www.uddevallasim.se](http://www.uddevallasim.se) samt på tävlingens egen sida [www.uso.uddevallasim.se](http://www.uso.uddevallasim.se).  
För personlig kontakt kontakta [dennis@uddevallasim.se](mailto:dennis@uddevallasim.se) / 0708-74 95 03 alt. [jesper@uddevallasim.se](mailto:jesper@uddevallasim.se) / 0730-98 30 32.

## Vi tävlar på ARENA USO 2015 - kommer du?

Sarah Sjöström



Mattias Carlsson



Gulliver Koch



Simon Sjödén



# GRENORDNING

## Fredag försök & direktfinal start 16.30

1. 50 m fjärilsim damer försök A-B-C-D
2. 50 m fjärilsim herrar försök A-B-C-D
3. 50 m ryggsim damer försök A-B-C-D
4. 50 m ryggsim herrar försök A-B-C-D
5. 50 m bröstsim damer försök A-B-C-D
6. 50 m bröstsim herrar försök A-B-C-D
7. 50 m frisim damer försök A-B-C-D
8. 50 m frisim herrar försök A-B-C-D
9. 4x100 Frisim damer A-B-C Direktfinal
10. 4x100 Frisim herrar A-B-C Direktfinal
11. 4x50 Frisim flickor D Direktfinal
12. 4x50 Frisim pojkar D Direktfinal

*Prisutdelning*

## Lördag försök start 09.00

13. 100 m frisim herrar A-B-C-D
14. 200 m frisim damer A-B
15. 100 m ryggsim herrar A-B-C-D
16. 100 m bröstsim damer A-B-C-D
17. 200 m fjärilsim herrar A-B
18. 100 m fjärilsim damer A-B-C
19. 400 m frisim herrar A-B-C
20. 200 m medley damer A-B-C
21. 200 m bröstsim herrar A-B
22. 200 m ryggsim damer A-B

## Lördag Finaler start 16.00

13. 100 m frisim herrar A-B-C-D
14. 200 m frisim damer A-B
6. 50 m bröstsim herrar A-B-C-D
16. 100 m bröstsim damer A-B-C-D
15. 100 m ryggsim herrar A-B-C-D
18. 100 m fjärilsim damer A-B-C
17. 200 m fjärilsim herrar A-B

*Prisutdelning*

23. 100 medley herrar D Direktfinal
3. 50 m ryggsim damer A-B-C-D
19. 400 m frisim herrar A-B-C
20. 200 m medley damer A-B-C
21. 200 m bröstsim herrar A-B
7. 50 m frisim damer A-B-C-D
2. 50 m fjärilsim herrar A-B-C-D
22. 200 m ryggsim damer A-B

*Prisutdelning*

24. 4x50 Medley pojkar D
25. 4x100 Medley herrar A-B-C

*Prisutdelning*



## Söndag försök start 09.00

26. 100 m frisim damer A-B-C-D
27. 200 m frisim herrar A-B
28. 100 m ryggsim damer A-B-C-D
29. 100 m bröstsim herrar A-B-C-D
30. 200 m fjärilsim damer A-B
31. 100 m fjärilsim herrar A-B-C
32. 400 m frisim damer A-B-C
33. 200 m medley herrar A-B-C
34. 200 m bröstsim damer A-B
35. 200 m ryggsim herrar A-B

## Söndag Finaler start 15.00

26. 100 m frisim damer A-B-C-D
27. 200 m frisim herrar A-B
5. 50 m bröstsim damer A-B-C-D
29. 100 m bröstsim herrar A-B-C-D
28. 100 m ryggsim damer A-B-C-D
31. 100 m fjärilsim herrar A-B-C
30. 200 m fjärilsim damer A-B

*Prisutdelning*

36. 100 medley Damer D Direktfinal
4. 50 m ryggsim herrar A-B-C-D
32. 400 m frisim damer A-B-C
33. 200 m medley herrar A-B-C
34. 200 m bröstsim damer A-B
8. 50 m frisim herrar A-B-C-D
1. 50 m fjärilsim damer A-B-C-D
35. 200 m ryggsim herrar A-B

*Prisutdelning*

- 37 \* 4x50 Medley flickor D
- 38 \* 4x100 Medley damer A-B-C

*Prisutdelning*

# Välkommen till Uddevalla!