

Inbjudan till Utmanaren 1 - Tävligen där alla vinner

Tävlingsplats: Maserhallen, Borlänge (4 banor)

Tävlingsdatum: **Söndag 17 mars 2019**

Tävlingstid: Pass 1 Insim: 15.30-15.50 Start: ca. 16.00

Anmälan: Anmälan till tränaren senast **tisdagen den 12 mars 2019**.
Blir simmaren sjuk eller uteblir från tävlingen av annan orsak skall detta snarast meddelas till simmarens tränare.

Resultatlista: Kommer att finnas på [BSS-hemsida](#).

Tävlingsgrupp: Utmanaren är utsedd till Simlinjens Hajen, Teknikskola, Simiaden, UGP och Mästerskapsgruppen.

Prisutdelning: -Pokaler delas ut efter resultat från senaste Utmanaren
-Diplom och utmanarbevis delas ut under veckan efter Utmanaren

Grenordning: Pass 1

1. 200m Medley Mixed
2. 100m Medley Mixed
3. 25m Frisim Mixed
4. 50m Frisim Mixed
5. 100m Frisim Mixed
6. 25m Bröstsims Mixed
7. 50m Bröstsims Mixed
8. 100m Bröstsims Mixed
9. 25m Ryggsim Mixed
10. 50m Ryggsim Mixed
11. 100m Ryggsim Mixed
12. 25m Fjärilsim Mixed
13. 50m Fjärilsim Mixed

Prisutdelning



Borlänge Simsällskap
www.borlangess.se



Inbjudan till Utmanaren 1 - Tävligen där alla vinner

Alla som deltar får ett **Utmanarbevis** där stipulationstiderna är markerade.

Efter en tids träning kan man få pokaler. Totalt kan en simmare få 3 pokaler:

- Pokal 1 får man efter att man klarat 4 guldtider på nivå 1 (25m).
- Pokal 2 får man efter att man klarat minst 4 guldtider och 1 bronstid på nivå 2.
- Pokal 3 får man efter att man klarat minst 4 guldtider och 1 bronstid på nivå 3.
- Har simmaren börjat tävla externt kan resultat till Utmanaren göras på andra tävlingar än själva Utmanartävlingen.

Regler

Man får delta i valfritt antal grenar men endast en start per simsätt. Man får inte delta i en gren där man tidigare klarat guldtiden.

Alla simmare startar med att simma på nivå 1 (25 bröstsim, 25 ryggsim, 25 frisim, 25 fjärilsim).

Först efter att simmaren har klarat guldtiden i ett simsätt får man gå vidare till nästa nivå.

Simförbundets tävlingsregler tillämpas i sin helhet med undantaget att inga diskvalifikationer genomförs på Pokal 1. Däremot noteras regelfel som tävlingsledaren och/eller tränaren går igenom med simmaren.

Stipulationstider

Pokal 1 = 4 guldtider			
	Bronstid	Silvertid	Guldtid
25m Ryggsim	Genomföra	00:29.00	00:26.00
25m Frisim	Genomföra	00:26.00	00:23.00
25m Bröstsim	Genomföra	00:31.00	00:28.00
25m Fjärilsim	Genomföra 15m	Genomföra 20m	Genomföra 25m

Pokal 2 = 4 guldtider + 1 bronstid			
	Bronstid	Silvertid	Guldtid
50m Ryggsim	00:56.00	00:51.00	00:47.00
50m Frisim	00:49.00	00:45.00	00:41.00
50m Bröstsim	00:58.00	00:55.00	00:51.00
25m Fjärilsim	00:28.00	00:25.00	00:22.00
100m Medley	Genomföra regelrätt	01:50.00	01:40.00

Pokal 3 = 4 guldtider +1 bronstid			
	Bronstid	Silvertid	Guldtid
100m Ryggsim	01:45.00	01:35.00	01:25.00
100m Frisim	01:35.00	01:25.00	01:15.00
100m Bröstsim	01:55.00	01:45.00	01:35.00
50m Fjärilsim	00:53.00	00:46.00	00:40.00
200m Medley	Genomföra regelrätt	03:25.00	03:10.00

