



INBJUDAN

SOMMARDOPPET

Sommardoppet är en tävling som riktar sig till alla åldrar, från ung till masters.

(I år får vi dock avvakta med anmälningar från masterssimmare).

SS04 har som vision "en simklubb för alla" och samma vision har Sommardoppet.

En tävling att både sätta mästerskapskval eller ett personligtrekord i sommarens premiärtävling utomhus.

Varje simmare får delta i *tre* grenar.

Plats	Huvudstabadet 50 meter, Solna
Arrangör	SS04, Solna Sundbyberg Simsällskap 04
Datum	Lördag den 12 juni
Tider	15:00: Insläpp på badet 15:10- 16:00 Insim 16:15: Tävlingsstart ca 20:00 Tävlingsavslut med prisutdelningar
Åldersklasser	Inga åldersklasser, utan endast en öppen Flick-/Damklass och öppen Pojk-/Herrklass. Tävlingen är sanktionerad och kan tillgodoräknas som kvaltid till mästerskap.
Priser	Alla deltagare i sommardoppet kommer få en lott och därmed chans att vinna ett pris. Efter avslutad tävling kommer vi även premiera de som för dagen gjort de bästa simprestationen.
Anmälan	Anmälan görs via din tränare, senast torsdag 27 maj .
Begränsningar	Antalet starter per simmare är begränsat till tre . Vi förbehåller oss rätten att göra ytterligare begränsningar för att kunna följa Folkhälsomyndighetens rekommendationer.
Strykningar	Strykningar och eventuella ändringar görs i första hand till samma tränare som du anmälde dig till.
Anmälningsavgift	Ingen anmälningsavgift för SS04 simmare.
Tränarsamling	En timme innan Tävlingsstart bakom sekretariatet.

Tidtagning	Halvautomatisk tidtagning.
Hängande start	Vi tillämpar hängande start i alla simsätt.
Resultat	Publiceras på Livetiming.
Läktare	Läktardelen vid Huvudsta är väldigt liten. Ett tips kan vara att ta med din sköna Campingstol, Brassestolen eller den härliga filten. Även regnskydd är begränsat, så kläder efter väder. Tyvärr är publik inte välkomna in på badet , allt för att hålla nere antalet personer på plats.
Transport	Tunnelbana, närmsta station är Huvudsta. Parkering finns vid badet.
Omklädning	Duschar finns utomhus. Omklädningsrum finns med dusch och bastu, men de kommer troligen vara låsta pga. rådande restriktioner.
Frågor	Tas emot via e-post på: tavling@ss04.se eller till SS04 kansli 08-837989.

Program

Pass 1

Gren 1 100 fjärilsim Damer
 Gren 2 100 fjärilsim Herrar
 Gren 3 100 frisim Damer
 Gren 4 100 frisim Herrar
 Gren 5 50 ryggsim Damer
 Gren 6 50 ryggsim Herrar
 Gren 7 50 bröstsim Damer
 Gren 8 50 bröstsim Herrar
 Extralopp 1 (200,400,800m) Damer
 Extralopp 1 (200,400,800m) Herrar

10 minuters paus

Pass2

Gren 11 100 ryggsim Damer
 Gren 12 100 ryggsim Herrar
 Gren 13 100 bröstsim Damer
 Gren 14 100 bröstsim Herrar
 Gren 15 50 fjärilsim Damer
 Gren 16 50 fjärilsim Herrar
 Gren 17 50 frisim Damer
 Gren 18 50 frisim Herrar
 Extralopp 2 (200,400m) Damer
 Extralopp 2 (200,400m) Herrar

**** Tävlingsavslut ***

****Lottdragning och Priscermoni. ****

Kom ihåg: En simmare får max delta i **tre** tävlingsgrenar.

Välkomna!