



## Morgondagare-/MiniMAX tävling

**Datum:** Måndagen den 7 mars  
**Insimning:** Från 17.00  
**Tävlingsstart:** 18.15 - *OBSERVERA TIDEN!*

### Grenordning:

- |     |                 |                  |
|-----|-----------------|------------------|
| 1.  | 100 m medley    | C-/D-grupp       |
| 2.  | 25 m fjärilsim  | Teknikgrupp      |
| 3.  | 50 m fjärilsim  | Teknik-/CD-grupp |
| 4.  | 100 m fjärilsim | AB-grupp         |
| 5.  | 25 m ryggsim    | Teknikgrupp      |
| 6.  | 50 m ryggsim    | Teknik-/CD-grupp |
| 7.  | 100 m ryggsim   | C-/AB-grupp      |
| 8.  | 25 m bröstsim   | Teknikgrupp      |
| 9.  | 50 m bröstsim   | Teknik-/CD-grupp |
| 10. | 100 m bröstsim  | C-/AB-grupp      |
| 11. | 25 m frisim     | Teknikgrupp      |
| 12. | 50 m frisim     | Teknik-/CD-grupp |
| 13. | 100 m frisim    | C-grupp          |
| 14. | 200 m frisim    | AB-grupp         |

*OBS – vi får ha publik, men tänk på att det inte får bli trängsel – så undvik att ha hela familjen med för att titta på*

---

## ANMÄLAN

Simmare: .....

Född: .....

Anmäls i följande grenar: .....

Anmälan görs senast 4 mars – kolla gärna med tränaren vilka grenar som kan vara aktuella för dig.

## Morgondagare

Intern nybörjartävling där man tävlar mot sig själv. Det gäller att slå sina personliga rekord och försöka att nå stipulerade tider som krävs för att erövra plaketter och pokaler.

Tre klarade bronsider på 25m-sträckorna ger bronsplakett, tre klarade silvertider ger silverplakett och tre klarade guldider ger följaktligen guldplakett.

Vid tre klarade bronsider på 50m-sträckorna erhåller simmaren bronspokal, tre silvertider ger silverpokal och tre guldider guldpokal.

Eftersom detta är en nybörjartävling diskvalificeras ingen om man råkar simma fel, missar en vändning eller målgång.

	<b>Bronstid</b>	<b>Silvertid</b>	<b>Guldtid</b>
25m ryggsim	32 s	29 s	26 s
25m frisim	30 s	27 s	24 s
25m bröstsim	32 s	29 s	26 s
25m fjärilsim	30 s	27 s	24 s
50m ryggsim	56 s	53 s	50 s
50m frisim	50 s	47 s	44 s
50m bröstsim	58 s	55 s	52 s
50m fjärilsim	50 s	47 s	44 s