



Växjö Simsällskap & Svenska Simförbundet
inbjuder till

Öppna Svenska Mästerskapen i Masterssimning 2010

Tävlingen är öppen för registrerade Masterssimmare från
Sverige och världen i övrigt.

i samarbete med



Tid: 19-21 mars 2010

Tävlingsplats: Simhallen Aqua Mera Växjö, 25m bassäng med 7 banor.
Adress: Kampastigen 2, Växjö.

Tävlingstider:

Pass 1.	Fredag	19 mars	kl. 17.00
Pass 2.	Lördag	20mars	kl. 09.00
Pass 3.	Lördag	20 mars	kl. 15.00
Pass 4.	Söndag	21 mars	kl. 10.00

Insimning kan påbörjas en timme innan tävlingsstart.
Fredag den 19 mars är bassängen öppen från kl 15.30.

Anmälan: Skall vara Växjö SS tillhanda senast fredagen den 5 mars via
e-mail: masters-sm@vaxjosimsallskap.com

Grenfil: Kommer att finnas på tävlingens hemsida:
www.vaxjosimsallskap.com/masters-sm-2010

Anmälan skall helst ske på anmälningsfil från Wingrodan.
Alternativt kan anmälan ske via OCTO Statistik.
Har man inte möjlighet att anmäla via något av ovanstående, tag kontakt
med Växjö Simsällskaps kansli.

Växjö SS, Sigfridsvägen 32, 352 57 Växjö
eller via e-post:
masters-sm@vaxjosimsallskap.com

Kom ihåg att ange anmälningstid för korrekt seedning.
Licensnummer skall anges på Svenska simmare. (Finns i OCTO)

Anmälningsavgift: 70kr / individuell start och 100kr / lagstart.
Skall inbetalas samtidigt som anmälan till VÖSS bankgiro 173-1744.
Ange "Masters SM" samt vilken förening som anmäls.
Ej kompletta anmälningar kommer inte att godkännas.
Anmälan på anmälningslista kan göras, men då tillkommer en
administrationsavgift på 5:- per start.

Efteranmälan: Kan göras till fredagen den 12 mars kl. 12.00 mot dubbel
anmälningsavgift. Se även laguppställning.

- Avanmälan:** Avanmälan för fredagens tävlingspass skall ske senast torsdag 18 mars kl. 20.00. Avanmälan för övriga tävlingspass skall ske senast 30 min efter föregående pass slut. Betald anmälningsavgift återbetalas ej. För sent inlämnad avanmälan debiteras 300 kr i avgift.
- Laguppställning:** Inlämnas till SM-byrån senast 60 min före respektive tävlingspass start. Om det under tävlingarna uppkommer behov av att ändra åldersklass på lag, betraktas detta som strykning och efteranmälan av nytt lag. Dubbel avgift skall erläggas till SM-byrån senast 60min före respektive tävlingspass start.
- Regler:** "En starts-regeln" tillämpas. Bröstsimbentag är tillåtet i fjärilsim. Endast ett bröstsimbentag per armtag är tillåtet. Före vändning och målgång är ett bentag utan armtag tillåtet. Efter start och vändning är ett bröstsimbentag före första armtag tillåtet.
- Tävlingsdräkter:** Simmare ska tävla i endast en tävlingsdräkt. Dräkten kan bestå av en eller två delar.
- För damer får tävlingsdräkten inte täcka nacke eller axlar. Dräkten får ej heller gå över eller nedanför knäna
- För herrar får tävlingsdräkten inte gå över naveln. Dräkten får ej heller gå över eller nedanför knäna.
- Tävlingsdräkterna skall vara gjorda av textilt material, dvs ett tyg som är vävt, stickat eller flätat.
- Det är inte tillåtet med blixtlås eller andra knäppsystem.
- Tävlingsdräkterna ska även i övrigt överensstämma med de kriterier FINA beskriver (FINA BL 8.3).
- För att slå nationella och internationella rekord krävs godkänd dräkt enligt "FINA 2010 List of Approved Swimsuits":
http://www.fina.org/project/index.php?option=com_content&task=view&id=2768&Itemid=9
- Tävlingsläkare:** Kommer att finnas på plats. Tider meddelas senare.
- SM-poäng:** Räknas enligt regelboken 310 "för placeringar i SM i Masters" erhålls 7, 5 samt 3 poäng till de tre bästa placeringarna i varje gren och åldersklass under förutsättning att minst tre deltagare, som representerar minst två föreningar, startat i grenen. För placeringar i lagsimning fördubblas ovanstående poäng. Lagpoäng erhålls endast i gren med minst två startande lag från minst två föreningar.

Medaljer/Priser: Medaljer till placering 1- 3.

Svenska Simförbundets mästerskapstecken delas ut till segrare eller bästa deltagare representerande svensk förening i gren med minst två deltagare från svensk förening. I klass 70-74 och äldre delas mästerskapstecken ut till alla segrarna även om man är ensam i klassen. I övriga klasser där man simmar ensam, erhåller man mästerskapstecknet under förutsättning att uppnådd tid inte är sämre än 5% över det svenska rekordet.

Anns och Glens vandringspokaler delas ut till bästa prestation, dam respektive herre, beräknad på högsta "MASTERS FINA-poäng".

Mat: Lunch lördag och söndag samt middag på fredag erbjuds via arrangören.

Lunch: 70kr/pers
Middag: 80kr/pers

Bokning av mat görs i samband med anmälan.
Maten faktureras i efterhand.

Kamratfest: Annordnas på lördagskvällen.
Separat inbjudan kommer att skickas ut och läggs på hemsidan senast sista januari 2010.

Logi: Ni bokar själva men här är några förslag:
Mer information kommer.

Invigning: Äger rum lördagen den 20 mars kl. 08.45

Upplysningar: Växjö Simsällskaps kansli
Telefon: 0470 – 46650 (mån-tors 9-13)
0706 – 46 72 41 Bengt Svensson
E-post: kansli@vaxjosimsallskap.com
Hemsida: www.vaxjosimsallskap.com

E-post Masters SM masters-sm@vaxjosimsallskap.com
Hemsida Masters SM www.vaxjosimsallskap.com/masters-sm-2010

Klassindelning: Klassindelningen är den ålder simmaren har den 31/12 2010.

Individuell klass: Pre-Masters 20-24
A 25-29 E 45-49 I 65-69 M 85-89
B 30-34 F 50-54 J 70-74 N 90 –
C 35-39 G 55-59 K 75-79
D 40-44 H 60-64 L 80-84

Lagkapp klass: Pre-masters 80-96 (Max individuell ålder 24 år)
A 100-119 C 160-199 E 240-279
B 120-159 D 200-239 F 280-319
G 320-359

Grenordning: Nytt för 2010 (*)
Samtliga grenar som är 200m eller längre seedas efter anmälningstider inte åldersklass (!)

Fredag 19/3 kl. 17.00

Gren 1.	200m medley	Damer !
Gren 2.	400m medley	Herrar * !
Gren 3.	1500m frisim	Damer * !
Gren 4.	800m frisim	Herrar !

Lördag 20/3 kl. 09.00

Gren 5.	50m frisim	Damer
Gren 6.	50m frisim	Herrar
Gren 7.	100m bröstsim	Damer
Gren 8.	100m bröstsim	Herrar
Gren 9.	50m ryggsim	Damer
Gren 10.	50m ryggsim	Herrar
Gren 11.	100m fjärilsim	Damer
Gren 12.	100m fjärilsim	Herrar
Gren 13.	4x50m frisim	Mix

Lördag 20/3 kl. 15.00

Gren 14.	4x50m medley	Mix
Gren 15.	100m medley	Damer
Gren 16.	100m medley	Herrar
Gren 17.	200m frisim	Damer * !
Gren 18.	200m frisim	Herrar * !
Gren 19.	200m ryggsim	Damer * !
Gren 20.	200m ryggsim	Herrar * !
Gren 21.	4x50m frisim	Damer
Gren 22.	4x50m frisim	Herrar

Söndag 21/3 kl. 10.00

Gren 23.	100m frisim	Damer
Gren 24.	100m frisim	Herrar
Gren 25.	50m bröstsim	Damer
Gren 26.	50m bröstsim	Herrar
Gren 27.	100m ryggsim	Damer
Gren 28.	100m ryggsim	Herrar
Gren 29.	50m fjärilsim	Damer
Gren 30.	50m fjärilsim	Herrar
Gren 31.	4x50m medley	Damer
Gren 32.	4x50m medley	Herrar