



## Inbjudan till Tensta cup 23 februari 2023

Samling & insim i Tensta simhall kl 17.00, tävlingsstart kl 18.00. Vi beräknas vara klara ca kl. 20.00.

I år har vi gjort några förändringar i grenordningen:

- Vissa grenar simmas endast av 12 år och yngre, vissa grenar endast av 13 år och äldre.
- Några grenar är bundna dvs. det går inte att välja simsätt.
- Simmare 13 år oä kan simma 3 grenar, en i varje omgång. Simmare 12 år oy kan simma 2 grenar en i vardera omgång 1 och 2.

Målet med Tensta cup är emellertid detsamma som tidigare – att ge så många som möjligt ett tillfälle att tävla, träffas över gruppgränserna och mäta sin utveckling.

### Grenordning

#### Omgång 1

1. 100m fjärilsim damer 13 år oä
2. 100m fjärilsim herrar 13 år oä
3. 100m bröstsim damer 13 år oä
4. 100m bröstsim herrar 13 år oä
- 5-6. 50m bröstsim eller fjärilsim mixed 12 år oy

#### Omgång 2

- 7-10. 50m valfritt simsätt damer 13 år oä
- 11-14. 50m valfritt simsätt herrar 13 år oä
- 15-19. 200m valfritt simsätt damer 13 år oä
- 20-24. 200m valfritt simsätt herrar 13 år oä

#### Omgång 3

- 25-26. 400m valfritt simsätt damer 13 år oä
- 27-28. 400m valfritt simsätt herrar 13 år oä
- 29-32. 50m valfritt simsätt mixed 12 år oy
- 33-37. 100m valfritt simsätt damer – alla åldrar
- 38-42. 100m valfritt simsätt herrar – alla åldrar

Anmälan görs av respektive tränare i Tempus senast torsdag 23 februari kl 12.00. Se till att ni också har gjort eventuella strykningar/avanmälningar i Tempus då. Det finns ingen möjlighet att stryka efteråt så sena strykningar blir tomma banor och det vill vi ju alla undvika.