



Inbjudan till Tensta cup 24 april 2024 i Nälstabadet

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

- Vissa grenar simmas endast av 12 år och yngre, vissa grenar endast av 12 eller 13 år och äldre.
- Några grenar är bundna dvs. det går inte att välja simsätt.
- Varje simmare kan simma max 3 grenar, en i varje omgång.

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

Grenordning

Omgång 1

1. 200m frisim damer 12 år oä
2. 200m frisim herrar 12 år oä
- 5-8. 50m valfritt simsätt mixed 12 år oy

Omgång 2

- 9-12. 50m valfritt simsätt damer 13 år oä
- 13-16. 50m valfritt simsätt herrar 13 år oä
- 17-20. 100m valfritt simsätt damer 12 år oä
- 21-24. 100m valfritt simsätt herrar 12 år oä
- 25-28. 50m valfritt simsätt mixed 12 år oy

Omgång 3

- 29-33. 200m valfritt simsätt damer 13 år oä
- 34-38. 200m valfritt simsätt herrar 13 år oä
- 39-42. 100m valfritt simsätt damer 13 år oä
- 43-46. 100m valfritt simsätt herrar 13 år oä
- 47-50. 100m valfritt simsätt mixed 12 år oy

Anmälan görs av respektive tränare i Tempus senast onsdag 24 april kl 10.00.

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.