



Inbjudan till Tensta cup 16 november 2023 i Tensta simhall

Samling & insim i Tensta simhall 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.
- 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 att ge så många som möjligt ett tillfälle att tävla, träffas över gruppgränserna och mäta sin utveckling.

Grenordning

Omgång 1

- | | |
|-----|-------------------------------------|
| 1 | 200m ryggsim damer 12 år oä |
| 2 | 200m ryggsim herrar 12 år oä |
| 3-6 | 50m valfritt simsätt mixed 12 år oy |
| 7 | 400m frisim damer 12 år oä |
| 8 | 400m frisim herrar 12 år oä |

Omgång 2

- | | |
|-------|--------------------------------------|
| 9-12 | 50m valfritt simsätt damer 13 år oä |
| 13-16 | 50m valfritt simsätt herrar 13 år oä |
| 17 | 50m valfritt simsätt mixed 12 år oy |
| 18-22 | 100m valfritt simsätt damer |
| 23-27 | 100m valfritt simsätt herrar |

Omgång 3

- | | |
|-------|------------------------------|
| 28-32 | 100m valfritt simsätt damer |
| 33-37 | 100m valfritt simsätt herrar |
| 38-42 | 200m valfritt simsätt damer |
| 43-47 | 200m valfritt simsätt herrar |

Anmälan görs av respektive tränare i Tempus senast torsdag 16 november 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.