# Inbjudan till UGP 1 29-30 januari 2022

**UGP** Vänder sig till alla simmare i ungdomsåldersklasserna. Tävlingen UGP kan i sin helhet ses som en del av träningsupplägget för aktuella åldrar, med många tävlingslopp och olika tävlingsdistanser.
UGP genomförs tre gånger per år. Tävlingen genomförs med direktfinal. Alla simmare som anmäls kommer att få simma. Alla åldersklasser simmar i samma gren. Resultaten särskiljs sedan i resultatlistan.

Då tävlingen arrangeras med fullständigt regelverk gäller följande för simmare 12 år och yngre: Simmare som tekniskt, mentalt och fysiskt har utvecklats på sådant sätt att de kan ytterligare stimuleras av delta i en sanktionerad tävling kan erbjudas denna möjlighet om tränaren bedömer att så är fallet.

Vi har lagt in 50m sträckor, dessa ingår inte i UGP-tävlingen och är tänkt främst till de yngre simmarna.

**Arrangör:** Västerviks simsällskap

**Anmälan:** Via Tempus Anmälan senast 18 januari.

**Plats:** Västerviks simhall, Adress: Idrottsgatan 4, 59351 Västervik

**Klasser:** A: 17 år B:16 år C:15 år D:14 år E: 13 år
Äldre simmare, 18 år och äldre, samt yngre simmare, 12 år och yngre, får anmäla sig men deltar inte i UGP-tävlingen.

**Tider:** Lördag 29 januari Pass 1: Insim 09:00 / Tävling 10:00 Pass 2: Insim 14:00 / Tävling 15:00
Söndag 30 januari Pass 3: Insim 08:00 / Tävling 09:00 Pass 4: Insim14:00 / Tävling 15:00

**Anmälningsavgift:** 60 kr/individuell start. Betalning sker i efterskott mot faktura

**Startlista:** Startlistor publiceras på vår hemsida <https://vasterviksss.kanslietonline.se/> och på Livetiming

**Efteranmälan:** Kan göras via Tempus Anmälan fram till fredag 28 januari kl 12.00, mot dubbel avgift.

**Avanmälan/Strykningar:** Via IC-controls tränarapp. Inloggning mailas ut till deltagande klubbar i samband med utskick av PM. Strykningar till pass 1 skall vara gjorda senast 1 timma före första start.

Därefter skall strykningar göras senast 30 minuter efter avslutat pass.

**Publik:** Tillåts mot uppvisande av vaccinationsbevis.

**Grenordning**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pass 1** |  | **Pass 2** |
| 1. | 200m frisim | damer |  | 8. | 200m fjärilsim | damer |
| 2. | 100m fjärilsim | herrar |  | 9. | 200m medley | herrar |
| 3. | 100m bröstsim | damer |  | 10. | 50m crawl | damer |
| 4. | 200m bröstsim | herrar |  | 28. | 50m crawl | herrar |
| 5. | 400m medley | damer |  | 10. | 400m frisim | damer |
| 6. | 1500m frisim\* | herrar |  | 11. | 100m ryggsim | herrar |
| 7. | 800m frisim\* | herrar |  | 29. | 50m bröstsim | damer |
|  |  |  |  | 30. | 50m bröstsim | herrar |
|  |  |  |  | 12. | 200m ryggsim | damer |
|  |  |  |  | 13. | 100m frisim | herrar |

\*en simmare får ej delta i både 800 och 1500 frisim utan får välja gren.

|  |  |
| --- | --- |
| **Pass 3** | **Pass 4** |
| 14. | 200m frisim | herrar |  | 21. | 200m fjärilsim | herrar |
| 15. | 100m fjärilsim | damer |  | 22. | 200m medley | damer |
| 16. | 100m bröstsim | herrar |  | 31. | 50m fjäril | Herrar |
| 17. | 200m bröstsim | damer |  | 32. | 50m fjäril | damer |
| 18. | 400m medley | herrar |  | 23. | 400m frisim | herrar |
| 19. | 1500m frisim\* | damer |  | 24. | 100m ryggsim | damer |
| 20. | 800m frisim\* | Damer |  | 33. | 50m ryggsim | herrar |
|  |  |  |  | 34. | 50m ryggsim | damer |
|  |  |  |  | 25. | 200m ryggsim | herrar |
|  |  |  |  | 26. | 100m frisim | damer |

\*en simmare får ej delta i både 800 och 1500 frisim utan får välja gren.

**Priser:** Medalj till de tre bästa i varje åldersklass och gren som ingår i UGP-tävlingen.

**Mat:** Lunch 90:-, Middag 110:-. Serveras på Kingpin i samma byggnad som simhallen.

**Vid beställning ange följande:**

* Antal lunch lördag
* Antal middag lördag
* Antal lunch söndag
* Önskemål om specialkost, ange simmarens namn och mat/produkter som ska undvikas. Matbeställningar skickas till kansli@vasterviksss.se. Bindande from 19 januari.