



JÄRFÄLLA NATIONELLA 2023

PM

Datum	17-19 februari 2023
Plats	Medley Järfällabadet – 50m, 10 banor
Adress	Mjölnavägen 1B, 177 41 Järfälla
Tider	Fredag Pass 1 Insim: 17.30 – 18.15, Start: 18.30 Lördag Pass 2 Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00 Pass 3 Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00 Söndag Pass 4 Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00 Pass 5 Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00
Strykningar	Strykningar och laguppställningar lämnas i LiveTimings app senast 1 timme före respektive tävlingspass.
Åldersklasser	Damer/Herrar 18 år och äldre (f. 2005-) Flickor/Pojkar 16-17 år (f. 2006-2007) Flickor/Pojkar 13-15 år (f. 2008-2010) Grenarna simmas gemensamt och delas upp i åldersklasser i resultatlistan. Obs! Lagkapperna är inte åldersklassindelade. Lagkapperna simmas i öppen klass.
Bassängrekord	Slår man bassängrekord i en individuell gren vinner man presentkort hos TYR på 500 kr. Om flera simmare är under gällande bassängrekord är det endast den snabbaste simmaren i grenen som erhåller presentkortet! Se bassängrekord i grenordningen.
Priser	Placering 1-3 i varje gren och åldersklass erhåller pris.
Prisutdelningar	Tävlingen genomförs utan prisutdelningar. Pris hämtas bredvid tävlingssekretariatet under pågående tävling.
Tävlingsgrenar	Fjärilsim 50m, 100m, 200m Ryggsim 50m, 100m, 200m Bröstsims 50m, 100m, 200m Frisim 50m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m Medley 200m, 400m Lagkapper 4x100m Frisim, 4x200m Frisim, 4x100m Medley
Avsim	Avsim sker i multibassäng 1 & 2.

Tekniskt	Hängande start, även på ryggsim. Helautomatisk eltidtagning och LiveTiming. Ryggsimsstegar kommer att finnas tillgängliga. Strykningar via LiveTiming Appen.
Omklädning	Ta med eget hänglås till skåpen.
Heatlistor	Distribueras i sekretariatet samt anslås i simhallen, kommer även att publiceras på LiveTiming.
Startlista	Startlistan finns på LiveTiming och Järfälla Simsällskaps hemsida, www.jarfallasim.org .
Resultat	Anslås i simhallen under tävlingen samt uppdateras på LiveTiming.
Fika	Tränarfika serveras en trappa upp i simhallen.
Publik	Publik på balkongen ovanför bassängen. Max 150 personer.
Parkering	Fri parkering utanför simhallen, 4 timmars P-skiva. Om simhallens parkering är full finns fler parkeringsplatser utanför gamla simhallen (Mjölnavägen 3).
Upplysningar	tavling@jarfallasim.org , eller ring Per Holm på 070-605 90 49.

Välkomna! önskar Järfälla Simsällskap

Grenordning

Pass 1 – Fredag Eftermiddag

Insim: 17.30 – 18.15, Start: 18.30

Gren 1	800m Frisim (2 heat)	Damer
Gren 2	800m Frisim (2 heat)	Herrar
Gren 3	1500m Frisim (2 heat)	Damer
Gren 4	1500m Frisim (2 heat)	Herrar

Pass 2 – Lördag Förmiddag

Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00

Gren 5	50m Bröstsım	Damer
Gren 6	100m Fjärilsım	Herrar
Gren 7	100m Frisım	Damer
Gren 8	400m Frisım	Herrar
Gren 9	50m Fjärilsım	Damer
Gren 10	100m Ryggsım	Herrar
Gren 11	200m Medley	Damer
Gren 12	200m Bröstsım	Herrar
Gren 13	4x200m Frisım	Damer

Pass 3 – Lördag Eftermiddag

Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00

Gren 14	50m Ryggsım	Herrar
Gren 15	200m Frisım	Damer
Gren 16	50m Frisım	Herrar
Gren 17	400m Medley	Damer
Gren 18	100m Bröstsım	Herrar
Gren 19	200m Ryggsım	Damer
Gren 20	200m Fjärilsım	Herrar
Gren 21	4x100m Frisım	Damer
Gren 22	4x100m Frisım	Herrar

Pass 4 – Söndag Förmiddag

Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00

Gren 23	50m Bröstsım	Herrar
Gren 24	100m Fjärilsım	Damer
Gren 25	100m Frisım	Herrar
Gren 26	400m Frisım	Damer
Gren 27	50m Fjärilsım	Herrar
Gren 28	100m Ryggsım	Damer
Gren 29	200m Medley	Herrar
Gren 30	200m Bröstsım	Damer
Gren 31	4x200m Frisım	Herrar

Pass 5 – Söndag Eftermiddag

Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00

Gren 32	50m Ryggsım	Damer
Gren 33	200m Frisım	Herrar
Gren 34	50m Frisım	Damer
Gren 35	400m Medley	Herrar
Gren 36	100m Bröstsım	Damer
Gren 37	200m Ryggsım	Herrar
Gren 38	200m Fjärilsım	Damer
Gren 39	4x100m Medley	Herrar
Gren 40	4x100m Medley	Damer