



Ängelholms Simsällskap välkomnar er till

## ÄSS Cup

# 13-14 januari 2024

**Tävlingsplats:** Vattnets Hus, Ängelholm.

**Kontakt:** [kansliet@simess.com](mailto:kansliet@simess.com), 0431-101 39

**Åldersklasser:** M=Masters mix A=17 år & äldre B=15-16 år C=13-14 år D=12 år och yngre

Åldern som gäller för klassindelning är den åldern som simmaren har den 31/12 2024.

**Parasimmare:** Tävlingen är sanktionerad för parasimmare.

**Anmälan:** Anmälan görs via Tempus anmälan senast 3 januari 2024 kl 12.00

**Tävlingstider:** Pass 1 och 3 insim kl. 08.00-08.50      Tävlingsstart kl. 09.00  
Pass 2 insim kl. 14.00-14.50      Tävlingsstart kl. 15.00

**Startavgifter:** 80 kr/individuell start och 100kr/lag. Efteranmälan mottages i mån av plats. Efteranmälan efter 10 januari 180 kr/start.  
Startavgifter faktureras och ska vara betalda senast på fakturans förfallodag.

**Begränsning:** Ängelholms Simsällskap förbehåller sig rätten att begränsa antalet heat i varje gren.



**Swim off:** Simmas i öppen klass som egen gren. De 8 snabbaste damerna respektive herrarna från 50fri gren 1 & 2 simmar Swim off som första gren i pass 2.

**Startlista:** Publiceras på livetiming/Swimify senast 5 januari 2024.

**Avanmälning:** Avanmälningar till pass 1 skall göras senast fredagen 12 januari kl 19.00 i Wingrodan sync. Avanmälan till övriga pass skall göras i Wingrodan Sync senast 30 min efter förgående pass slut. Inloggningsuppgifter skickas ut till respektive klubb efter det att startlistan publicerats. För sent inkomna eller uteblivna strykningar debiteras föreningen 100 kr/missad strykning oavsett orsak.

**Resultatlistor:** Publiceras fortlöpande på livetiming/Swimify samt i simhallen.

**Ledarmöte:** lördag och söndag kl. 08.00 på anvisad plats.

**Tränarfika:** Serveras på anvisad plats. Fritt kaffe/te. Fralla/smörgås/bulle

**Priser:** Pris till de tre främsta i respektive gren och åldersklass. I D klassen kommer vi att dela ut deltagarmedalj.

Priser till de 3 främsta i Swim off.

**Avsimning:** Erbjuds i två undervisningsbassänger i anslutning till tävlingsbassängen.

**Parkering:** Parkering och parkeringshus finns i närheten av Vattnets Hus

**Övrigt:** För att kunna låsa omklädningskåp krävs hänglås



Lördag:

<b>Grenordning</b>	<b>Distans</b>	<b>Simsätt</b>	<b>Kön</b>	<b>Åldersklass</b>
1	50m	Frisim	Damer	A,B,C
2	50m	Frisim	Herrar	A,B,C
101	50m	Frisim	Mix	M
3	200m	Ryggsim	Damer	A,B,C
4	200m	Ryggsim	Herrar	A,B,C
5	50m	Fjärilsim	Damer	A,B,C
6	50m	Fjärilsim	Herrar	A,B,C
102	50m	Fjärilsim	Mix	M
7	100 m	Bröstsims	Damer	A,B,C
8	100m	Bröstsims	Herrar	A,B,C
<b>Prisutdelning</b>				
9	50m	Ryggsim	Damer	A,B,C
10	50m	Ryggsim	Herrar	A,B,C
103	50m	Ryggsim	Mix	M
11	200m	Frisim	Damer	A,B,C
12	200m	Frisim	Herrar	A,B,C
<b>Prisutdelning/Slut pass 1</b>				
13	Swim off kvart	Frisim	Damer	
14	Swim off kvart	Frisim	Herrar	
15	200m	Bröstsims	Damer	A,B,C
16	200m	Bröstsims	Herrar	A,B,C
17	100m	Ryggsim	Damer	A,B,C
18	100m	Ryggsim	Herrar	A,B,C
19	100m	Fjärilsim	Damer	A,B,C
20	100m	Fjärilsim	Herrar	A,B,C
<b>Prisutdelning</b>				
21	100m	Frisim	Damer	A,B,C
22	100m	Frisim	Herrar	A,B,C
23	50m	Bröstsims	Damer	A,B,C
24	50m	Bröstsims	Herrar	A,B,C
104	50m	Bröstsims	Mix	M
25	100m	Medley	Damer	A,B,C
26	100m	Medley	Herrar	A,B,C
105	100m	Medley	Mix	M
<b>Prisutdelning</b>				



Söndag:

**Grenordning   Distans   Simsätt   Kön   Åldersklass**

27	50m	Frisim	Damer	D
28	50m	Frisim	Herrar	D
29	50m	Fjärilsim	Damer	D
30	50m	Fjärilsim	Herrar	D
31	100m	Ryggsim	Damer	D
32	100m	Ryggsim	Herrar	D

***Prisutdelning***

33	100m	Frisim	Damer	D
34	100m	Frisim	Herrar	D
35	50m	Bröstsims	Damer	D
36	50m	Bröstsims	Herrar	D
37	50m	Ryggsim	Damer	D
38	50m	Ryggsim	Herrar	D
39	4x50fri	Lagkapp	Mixed*	

***Prisutdelning***

\*minst en kille eller tjej per lag.

