

# Klirresimmet



**Datum och plats:** Torsdag 16 november 2023 i Pingvinen.

**Tider:** **Insim** (uppvärmning) kl.17:00-17:30.

**Tävlingsstart:** kl.17:30

## Information

### om Klirresimmet:

Klirresimmet är en interntävling och en introduktion till att lära sig att tävla.

Grundtanken är att prova på där simmaren tävlar mot sig själv. Målet är att förbättra sina tider men också att kunna simma längre distanser. Har simmaren till exempel klarat guldtiden på 25m bröstsim så ska han/hon vid nästa tävling simma 50m bröstsim. Flickor och pojkar kommer att simma tillsammans då man endast tävlar mot sig själv.

**Grupper:** Hajen, Teknik 1, Teknik 2 och T3.

**Anmälan:** Svara på Kallelsen som skickas ut via mejl (både om ni kan/vill eller inte vill/kan medverka. **Skriv i kommentarsfältet vilka grenar ni vill simma.**

**Sista anmälan måndag 13 november kl.23:55.**

**Föräldrar:** **Vi kommer att behöva hjälp utav föräldrar med tidtagning.**

**Skriv gärna i kommentarsfältet om du kan hjälpa till.**

**Frågor:** Kontakta Niklas på [niklas@varbergssim.se](mailto:niklas@varbergssim.se)

### Grenar:

Grenordning				
<b>Gren 1</b>	25m Fjärilsim		<b>Gren 5</b>	25m Bröstsims
<b>Gren 2</b>	100m Medley		<b>Gren 6</b>	50m Bröstsims
<b>Gren 3</b>	25m Ryggsim		<b>Gren 7</b>	25m Frisim
<b>Gren 4</b>	50m Ryggsim		<b>Gren 8</b>	50m Frisim

### Stipulationstider

	<b>25m rygg</b>	<b>25m fjäril</b>	<b>25m bröst</b>	<b>25m frisim</b>		<b>100m Medley</b>
<b>Brons</b>	32,0	30,0	32,0	28,0	<b>Brons</b>	2,00,00
<b>Silver</b>	29,0	27,0	29,0	25,0	<b>Silver</b>	1,50,00
<b>Guld</b>	26,0	24,0	26,0	22,0	<b>Guld</b>	1,40,00
	<b>50m rygg</b>	<b>50m fjäril</b>	<b>50m bröst</b>	<b>50m frisim</b>		
<b>Brons</b>	56,0	52,0	58,0	48,0		
<b>Silver</b>	53,0	49,0	55,0	45,0		
<b>Guld</b>	50,0	46,0	52,0	42,0		