

PM

Välkomna till Malmö och Sum-Sim 2009

Här finns information som du måste ta del av som ledare och tränare på SUM-SIM. Vi hoppas att den når fram till alla Er som skall delta i årets största simtävling i Sverige!

Tävlingsplats

Lindängsbadet, Malmö, 50meter / 8 banor
Koralgatan 51

Datum

16 juli – 19 juli

Tävlingstider:

	Försökstävlingar	Finaltävlingar
Torsdagen den 16 juli	kl. 09.30	kl. 17.00
Fredagen den 17 juli	kl. 09.30	kl. 17.00
Lördagen den 18 juli	kl. 09.30	kl. 17.00
Söndagen den 19 juli	kl. 09.30	kl. 16.00

Insimning:

	Försökstävlingar	Finaltävlingar
Onsdagen den 15 juli	15.00-19.00	
Torsdagen den 16 juli	07.30-09.15	15.00-16.30
Fredagen den 17 juli	07.30-09.15	15.00-16.45
Lördagen den 18 juli	07.30-09.15	15.00-16.45
Söndagen den 19 juli	07.30-09.15	14.00-15.45

Avsimning

Sker på anvisad plats i vår undervisningsbassäng 25 x 12,5 meter.

Tekniskt möte

Sker onsdagen den 15 juli klockan 18.00 på Lindängsbadet

Simdräkter

Vi ber er uppmärksamma den nya regeln vad gäller simdräkter. Det är endast tillåtet att tävla i en dräkt. Kontrollera att dräkten är godkänd enligt Finas lista.

Strykningar

För torsdagens tävlingar skall strykningar ske senast kl 20.00 på onsdagen. Strykningar lämnas in till SUM-SIM byrån. Övriga dagars strykningar skall ske senast 30 minuter efter sista grenens slutförande på finalpasset kvällen innan. Avanmälan till final, skall ske 30 minuter efter resp grens slutförande i försökspasset. Sker avanmälningar efter deadline, uttages en avgift om 300:- (försökstävlingar) 400:- för lagstart - sker avanmälan för sent till finalpasset uttages en avgift om 500:-

Extralopp

Extralopp kommer att hållas efter pass 1, 3 och 5. Max 200m. Anmälan till Sum-Sim byrån. Max 4 heat/pass. Pris: 300:-, som betalas in samtidigt med anmälan !

Omklädning

Sker i omklädningsrummen på badet. Observera att det går inte att låsa in sina saker!
Vi ansvarar inte för förlorade saker!

Direktfinaler

Lagkapperna kommer att avverkas i direktfinal, två "finalheat" under resp. finalpass. Övriga heat simmas under försökspasset. Observera att 800 och 1500 frisim går sist (efter lagkapperna) i respektive försökspass. I finalpasset simmas ett sk. finalheat med de 8 bästa anmälda simmarna på 800- resp. 1500 frisim

Inmarsch

För finaldeltagare kommer en kort inmarsch att hållas, samling i god tid innan respektive gren i tältet vid bana 0.

Priser

Priser till 1:an, 2:an och 3:an i varje finalheat. Prisutdelning sker med 1 grens förskjutning.

Invigning

Före finalpasset på torsdagen kommer en kort invigning att hållas. Denna invigning startar 16.35 och det betyder att insimningen slutar klockan 16.30 på det passet. Klockan 16.20 skall en simmarrepresentant från varje klubb samlas vid försäljningstältet för inmarsch till invigningen.

Biljetter

Seriebiljett:	300:- inkl. heatlista
Dagsbiljetter:	100:-inkl. heatlista
Seriebiljett ungdom: 12-17 år	150:-
Dagsbiljett ungdom: 12-17 år	50:-
Barn upp till 12 år och i förälders sällskap	Gratis

Seriebiljetter beställs via mail till: kansliet@malmo-kappsim.m.se

Beställda biljetter skall betalas omgående på Malmö Kappsimmingsklubbs bankgiro 5766-5051. Ange i beställningsmailet: Namn, antal biljetter, klubb samt bostadsort. Bekräftelse erhålls via mail, vilken medtas vid biljettuthämtning. Senaste datum för beställning av seriebiljetter är 10 juli. Från den 15 juli kan man hämta ut biljetterna på Lindängsbadet. Övriga biljetter säljes på plats. Funktionärer som arbetar tre pass eller mer erhåller fri entré till hela tävlingen. Varje klubb erhåller ett extra deltagarkort för varje ledare per fem simmare.

Sum-Sim byrån

Kommer att vara öppen:

Onsdag klockan 15.00 – 20.00

Torsdag – söndag klockan 07.30 till 30 minuter efter finalpassets slut.

Telefon till Sum-Sim byrån är 0709 – 20 00 95

Parkering

Parkering finns utanför badet (avgifts belagd). Ute på Lindängsvägen, på båda sidorna, finns det också möjlighet till parkering. OBS! P-skiva 4 timmar!

OBS Töm själv bilen, då det inte finns någon bevakning på parkeringarna!

Vi ansvarar inte för eventuell skadegörelse på bilarna.

Tält

Då tillgången till gräsytor i anslutning till tävlingsbassängen är begränsad kommer vi att dela in ytorna i markerade platser om c:a 6 x 6m och ge klubbarna möjlighet att boka sin egen plats. Vi debiterar en avgift på 400 kr/tält för hela helgen och vi kommer vid fördelningen av platser att tillämpa principen "först till kvarn". Bevakning nattetid ingår. Bokning görs via mail kansliet@malmo-kappsim.m.se senast den 10 juli. Avgiften faktureras.

Försäljning

Det kommer att finnas försäljning av mat och dryck samt utrustning under tävlingsdagarna.

Följande företag kommer att finnas representerade under sum-sim:

Arena, Swim-shop.se, Team Gamewi (Speedo), Tyr, Essenuoto, Freker Sport, Servette bokningsprogram (fredag – söndag klockan 10.00 – 14.00), Svenska Simförbundet

Mattider

För er som beställt lunch & middag på Lindängsbadet

Lunch serveras mellan klockan 11.30 – 14.00

Middag serveras mellan klockan 18.00 – 20.00

Onsdag middag

Pasta Carbonara med ost och skinksås

Torsdag lunch

Dallas köttbullar med pasta och paprika / tomatsås

Torsdag middag

Thai gryta med kött / grönsaker och ris

Fredag lunch

Spagetti med köttsås

Fredag middag

Snitzel med stekt potatis och brunsås

Lördag lunch

Korv stroganoff med ris

Lördag middag

Pannbiff med potatis och sås

Söndag lunch

Pastasallad med skinka, pesto och dressing

I måltiderna ingår saft, knäckebröd, smör, sallad eller annat tillbehör och frukt

Ni som bor på Hotell Jörgen Kock, äter på Restaurang Kolga

Lunch serveras mellan klockan 12.30 – 14.30

Middag serveras mellan klockan 19.00 – 21.00

Onsdag middag

Pannbiff, sås, potatis och lingonsylt

Torsdag lunch

Pasta med köttfärssås och parmesan ost

Torsdag middag

Kyckling med ris och sås

Fredag lunch

Korvstroganoff med pasta

Fredag middag

Kassler med chilisås och potatis

Lördag lunch

Panerad spätta med potatis och remoulad sås

Lördag middag

Helstekt fläsk karré med purjolökspotatis

Söndag lunch

Köttfärslimpa med sås, potatis och lingonsylt

I måltiderna ingår måltidsdryck, sallad och bröd

Välkomna till Malmö och Sum Sim i 50 meters bassäng 2009!

Malmö Kappsimningsförbund och Svenska Simförbundet