



# *Gävle Simsällskap inbjuder till*

## **Fjärran Höjderspelen 2022**

**PLATS OCH DATUM:** Fjärran Höjderbadet (25m, 8 banor). Lördagen den 1 oktober

**TIDER:** Pass 1      Insim kl 9.00-9.45      Start kl 10.00  
Pass 2      Insim 1,5 timme efter pass 1      Start 2,5 timmar efter pass 1

**FÖRBEHÅLL:** Vi förbehåller oss rätten att begränsa deltagarantalet vid många anmälningar.

**ANMÄLAN:** Anmälan görs via <https://www.tempusanmalan.se/> senast den 24/9

**ANMÄLNINGSavg:** Startavgiften är 70kr/individuell start och 85kr/lagkapp samt dubbel avgift för efteranmälan.

**EFTERANMÄLAN:** Efteranmälan är tillåten i mån av plats. Till pass 1 senast en timme före start, och till pass 2 innan pass 1 avslut.

**STARTLISTA:** Mejlas ut till respektive förening samt visas på [www.livetiming.se](http://www.livetiming.se)  
Simmarna seedas efter tider oavsett ålder i startlistan och delas upp i åldersklasser i resultatlistan.

**START:** Vi tillämpar hängande start i alla grenar.

**STRYKNINGAR:** Kända strykningar utförs via tränarappen fram till en timme före tävlingsstart och strykningar till pass 2 utförs innan avslutat pass 1.

**PRISER:** Pokaler till de tre främsta som uppnått flest poäng räknat på fyra distanser i varje åldersklass (FINA-poäng).

**OMBYTE:** Sker i anvisade omklädningsrum. Medtag eget hänglås.

**AVSIM:** Sker i badets undervisningsbassäng.

**PARKERING:** Finns i anslutning till badet. **OBS!** Parkeringen nedanför badet är avgiftsbelagd, de andra parkeringarna är avgiftsfria på helger.

**MAT:** Lunch serveras på restaurang Kompassen till en kostnad av 115 kr/person. Bokning senast den 25 september till [gavle.simsallskap@gmail.com](mailto:gavle.simsallskap@gmail.com).

Kom ihåg att meddela eventuella allergier i samband med bokning. Maten faktureras i efterhand till klubben.

**FÖRSÄLJNING:** Fikaförsäljning med varmkorv, kaffe, te, kalla drycker, fikabröd, smörgåsar och frukt.

**RESULTAT:** Publiceras snarast efter varje gren på [www.livetiming.se](http://www.livetiming.se)  
Resultatlistor anslås löpande i simhallen.

**UPPLYSNINGAR:** Ove Engberg, 073-8287609 eller  
Gävle SS [gavle.simsallskap@gmail.com](mailto:gavle.simsallskap@gmail.com)

### ***Simsätt och distanser Fjärran Höjderspelen 2022***

Klass	Född	Frisim	Bröst	Rygg	Fjäril	Medley
17 år o äldre	2005 o äldre	50m 400m	50m	50m	50m	200m
15-16 år	2006-2007	50m 400m	50m	50m	50m	200m
13-14 år	2008-2009	50m 400m	50m	50m	50m	200m
12 år o yngre	2010-	50m 400m	50m	50m	50m	100m

Pass 1 – Insim 9.00 Start 10.00		
Gren	Simsätt	
1	200m Medley	Fl
2	200m Medley	Po
3	50m Frisim	Fl
4	50m Frisim	Po
5	50m Bröst	Fl
6	50m Bröst	Po
7	4x50m Medley - 06 och äldre	Fl
8	4x50m Medley - 06 och äldre	Po
9	4x50m Medley - 07 och yngre	Fl
10	4x50m Medley - 07 och yngre	Po

Pass 2 – Insim 1,5 timme efter pass 1 1. Start 2,5 timmar efter pass 1 avslut		
Gren	Simsätt	
11	100m Medley	Fl
12	100m Medley	Po
13	50m Rygg	Fl
14	50m Rygg	Po
15	400m Frisim	Fl
16	400m Frisim	Po
17	50m Fjäril	Fl
18	50m Fjäril	Po
19	4x50m Frisim 06 och äldre	Fl
20	4x50m Frisim 06 och äldre	Po
21	4x50m Frisim 07 och yngre	Fl
22	4x50m Frisim 07 och yngre	Po
Prisutdelning		

*Välkommen hälsar  
Gävle Simsällskap*