

Ni är härmed inbjudna till
hösten upplaga av
Utmanaren som går av
stapeln den 19 november
2023

UTMANAREN



En tävling för HKsims elever i simskolan,
vuxensimmare och tävlingsgrupper!

Det ska vara roligt att tävla! Utmanaren är tävlingen där alla tävlar mot sig själva och sina egna tider. Konceptet är framtaget av Svensk Simidrott, och ska verka för att vara ett verktyg för föreningar att arrangera inspirerande, motiverande och lekfulla tävlingstillfällen för nybörjare. Kanske är Utmanaren det första tävlingsmomentet simmaren kommer i kontakt med, därför kan det vara viktigt att på ett lekfullt sätt introducera tävlingsmomenten för att på så sätt bygga upp självförtroende och lust till fortsatt tävlande.

PLATS: Allébadet, Hallsberg

DATUM: 19 November 2023

TIDER: Insim Första Start
16.15 16.45

(Vi får komma in i omklädningsrummen ca kl 16.00)

ANMÄLAN: Meddelas till **simmarens tränare** senast tisdag den 14/11. Ange vilka simsätt ert barn vill delta i.

FÖRÄLDRA- &

FUNKTIONÄRSMÖTE : Samling i lilla bassängen 16:30. En förälder per deltagande barn ska delta.

STRYKNINGAR: Strykningar/avanmälningar skickas till simskola@hksim.se senast lördagen den 18/11 kl 12:00

GRENORDNING & REGLER: Se medföljande bilaga nedan

UPPLYSNINGAR: simskola@hksim.se eller hemsidan www.hksim.se

CHECKLISTA:

- Badkläder, badmössa, simglasögon och handduk
- T-shirt & shorts
- Skor för inomhusbruk
- Vattenflaska
- Fukt eller macka

REGLER OCH GRENORDNING

Regler: Simmarna ska försöka slå sina egna bästa tider och klara av brons-, silver- och guldtid i alla simsätt. Det finns tre olika pokaler att erhålla:

Pokal 1: Samtliga guldtider på distanserna 25 m frisim, 25 m ryggsim, 25 m bröstsim samt klara av 25 m fjärilsim

Pokal 2: Fyra guldtider samt en bronsid på distanserna 25 m fjärilsim, 50 m ryggsim, 50 m bröstsim, 50 m frisim och 100 medley

Pokal 3: Fyra guldtider samt en bronsid på distanserna 50 m fjärilsim, 100 m ryggsim, 100 m bröstsim, 100 m frisim och 200 m medley

En simmare kan ej gå vidare på en längre distans på varje simsätt innan guldtiden är uppnådd på den kortare distansen av simsättet.

När en pokal är avklarad kommer simmaren få pokalen i slutet av tävlingen.

Grenordning:

I samtliga grenar är pojkar och flickor mixade:

- | | |
|-------------------|------------------------------------|
| 1. 100 m medley | 8. 25 m frisim |
| 2. 200 m medley | 9. 50 m frisim |
| 3. 25 m fjärilsim | 10. 100 m frisim |
| 4. 50 m fjärilsim | 11. 25 m ryggsim |
| 5. 25 m bröstsim | 12. 50 m ryggsim |
| 6. 50 m bröstsim | 13. 100 m ryggsim |
| 7. 100 m bröstsim | 14. Lagkapp, 25 m valfritt simsätt |