

# Inbjudan till Utmanaren 3 - Tävligen där alla vinner

**Tävlingsplats:** Maserhallen, Borlänge (4 banor)

**Tävlingsdatum:** **Söndag 8 oktober 2017**

**Tävlingstid:** Pass 1      Insim: 15.30-15.50      Start: ca. 16.00

**Anmälan:** Anmälan till tränaren senast **onsdagen den 4 oktober 2017**.  
Blir simmaren sjuk eller uteblir från tävlingen av annan orsak skall detta snarast meddelas till simmarens tränare.

**Resultatlista:** Kommer att finnas på [BSS-hemsida](#).

**Tävlingsgrupp:** Utmanaren är utsedd Simlinjens Hajen, T4, A-, B- och C-grupp.

**Prisutdelning:** -Pokaler delas ut efter resultat från senaste Utmanaren  
-Diplom och utmanarbevis delas ut under veckan efter Utmanaren

**Grenordning:** Pass 1

1. 200m Medley Mixed
  2. 100m Medley Mixed
  3. 25m Frisim Mixed
  4. 50m Frisim Mixed
  5. 100m Frisim Mixed
  6. 25m Bröstsим Mixed
  7. 50m Bröstsим Mixed
  8. 100m Bröstsим Mixed
  9. 25m Ryggsim Mixed
  10. 50m Ryggsim Mixed
  11. 100m Ryggsim Mixed
  12. 25m Fjärilsim Mixed
  13. 50m Fjärilsim Mixed
- Prisutdelning



# Inbjudan till Utmanaren 3 - Tävligen där alla vinner

Alla som deltar får ett **Utmanarbevis** där stipulationstiderna är markerade.

Efter en tids träning kan man få pokaler. Totalt kan en simmare få 3 pokaler:

- Pokal 1 får man efter att man klarat 4 guldtider på nivå 1 (25m).
- Pokal 2 får man efter att man klarat minst 4 guldtider och 1 bronstid på nivå 2.
- Pokal 3 får man efter att man klarat minst 4 guldtider och 1 bronstid på nivå 3.
- Har simmaren börjat tävla externt kan resultat till Utmanaren göras på andra tävlingar än själva Utmanartävlingen.

## Regler

Man får delta i valfritt antal grenar men endast en start per simsätt. Man får inte delta i en gren där man tidigare klarat guldtiden.

Alla simmare startar med att simma på nivå 1 (25 bröstsim, 25 ryggsim, 25 frisim, 25 fjärilsim).

Först efter att simmaren har klarat guldtiden i ett simsätt får man gå vidare till nästa nivå.

Simförbundets tävlingsregler tillämpas i sin helhet med undantaget att inga diskvalifikationer genomförs på Pokal 1. Däremot noteras regelfel som tävlingsledaren och/eller tränaren går igenom med simmaren.

## Stipulationstider

<b>Pokal 1 = 4 guldtider</b>			
	<b>Bronstid</b>	<b>Silvertid</b>	<b>Guldtid</b>
25m Ryggsim	Genomföra	00:29.00	00:26.00
25m Frisim	Genomföra	00:26.00	00:23.00
25m Bröstsim	Genomföra	00:31.00	00:28.00
25m Fjärilsim	Genomföra 15m	Genomföra 20m	Genomföra 25m

<b>Pokal 2 = 4 guldtider + 1 bronstid</b>			
	<b>Bronstid</b>	<b>Silvertid</b>	<b>Guldtid</b>
50m Ryggsim	00:56.00	00:51.00	00:47.00
50m Frisim	00:49.00	00:45.00	00:41.00
50m Bröstsim	00:58.00	00:55.00	00:51.00
25m Fjärilsim	00:28.00	00:25.00	00:22.00
100m Medley	Genomföra regelrätt	01:50.00	01:40.00

<b>Pokal 3 = 4 guldtider +1 bronstid</b>			
	<b>Bronstid</b>	<b>Silvertid</b>	<b>Guldtid</b>
100m Ryggsim	01:45.00	01:35.00	01:25.00
100m Frisim	01:35.00	01:25.00	01:15.00
100m Bröstsim	01:55.00	01:45.00	01:35.00
50m Fjärilsim	00:53.00	00:46.00	00:40.00
200m Medley	Genomföra regelrätt	03:25.00	03:10.00

