

---

# VI INBJUDER DIG TILL VÅRENS ANDRA MORGONDAGARNAS

---



Lördagen den 5 maj på Delphinenbadet i Lund  
**Insim: klockan 15:00 Start: klockan 15:40**

---

## ALLMÄNT

---

Simklubben Poseidon hälsar alla simmare och föräldrar välkomna att delta på vårens andra Morgondagarnas. Tanken med Morgondagarnas är att lyfta fram den egna prestationen, och framför allt att stimulera varje simmare att utmana sig själv. Precis som tidigare simmas tävlingen på Delphinenbadet på lördagar. Vi ser gärna att föräldrar och anhöriga kommer med för heja på och hjälpa till med t.ex. tidtagning eller andra uppgifter i samband med tävlingen. Vår förhoppning att så många som möjligt av våra duktiga nybörjarsimmare vill vara med.

Ta chansen att prova på!

---

## HUR ANMÄLER JAG MIG?

---

Sätt ett kryss efter den eller de distanser du vill simma och fyll i ditt namn, födelseår och den grupp du simmar i. Lämnar din anmälan på plats till arrangörerna (absolut **senast kl. 15:15**). Det går också bra att fylla i denna kallelse elektroniskt i förväg och skicka till [anmalan@skposeidon.se](mailto:anmalan@skposeidon.se) senast torsdagen innan tävlingen kl 20.00. Glöm inte att meddela din tränare att du tänker vara med!

---

## STIPULATIONSTIDER OCH PRISER

---

I varje gren som simmas finns en stipulationstid som när den uppnåtts ger ett pris. Det finns Guld, Silver och Brons i varje gren. Simmare kan endast erhålla ett pris av varje valör i respektive gren. Deltagare får delta i **max 3 grenar per deltävling**.

|                  |             | Guld | Silver | Brons  |
|------------------|-------------|------|--------|--------|
| 50m Frisim       | Flick /Pojk | 43,0 | 47,0   | 52,0   |
| 25m Frisim       | Flick /Pojk | 23,0 | 26,0   | 30,0   |
| 50m Bröstsimsim  | Flick /Pojk | 54,0 | 58,0   | 1.03,0 |
| 25m Bröstsimsim  | Flick /Pojk | 25,0 | 28,0   | 33,0   |
| 50m Ryggssimsim  | Flick /Pojk | 52,0 | 56,0   | 1.01,0 |
| 25m Ryggssimsim  | Flick /Pojk | 25,0 | 28,0   | 33,0   |
| 25m Fjärilsimsim | Flick /Pojk | 25,0 | 28,0   | 33,0   |

Samtliga deltagare belönas efter tävlingens slut med ett diplom där alla tider är inskrivna samt priser ifall stipulationstider uppnåtts.

----- Klipp här!! -----

**Namn:**

**Födelseår:**

**Grupp:**

---

| Gren | Distans                 | Kryss | Stipulationstid      |
|------|-------------------------|-------|----------------------|
| 1    | 50 Frisim flickor       |       | 43,0 / 47,0 / 52,0   |
| 2    | 50 Frisim pojkar        |       | 43,0 / 47,0 / 52,0   |
| 3    | 25 Frisim flickor       |       | 23,0 / 26,0 / 30,0   |
| 4    | 25 Frisim pojkar        |       | 23,0 / 26,0 / 30,0   |
| 5    | 50 Bröstsimsim flickor  |       | 54,0 / 58,0 / 1.03,0 |
| 6    | 50 Bröstsimsim pojkar   |       | 54,0 / 58,0 / 1.03,0 |
| 7    | 25 bröstsimsim flickor  |       | 25,0 / 28,0 / 33,0   |
| 8    | 25 bröstsimsim pojkar   |       | 25,0 / 28,0 / 33,0   |
| 9    | 50 Ryggssimsim flickor  |       | 52,0 / 56,0 / 1.01,0 |
| 10   | 50 Ryggssimsim pojkar   |       | 52,0 / 56,0 / 1.01,0 |
| 11   | 25 Ryggssimsim flickor  |       | 25,0 / 28,0 / 33,0   |
| 12   | 25 Ryggssimsim pojkar   |       | 25,0 / 28,0 / 33,0   |
| 13   | 25 Fjärilsimsim flickor |       | 25,0 / 28,0 / 33,0   |
| 14   | 25 Fjärilsimsim pojkar  |       | 25,0 / 28,0 / 33,0   |