

## REGLER GÄSTRIKESERIEN

Gästrikserien är en tävling som knyter an direkt efter 5-klubbstävlingen.

För att delta i Gästrikserien skall simmarna ha uppnått de för 5-klubbstävlingen gällande ursimningstiderna.

Dessa tider kan ha uppnåtts på såväl 5-klubbstävling som på någon annan tävling.

De tävlande får inte vara äldre än junior. Se Svenska Simförbundets regler.

Dessa regler distribueras av Gästriklands Simförbund, GSF, till berörda föreningar.

Reglerna är fastställda av GSF och skall gälla till dess GSF meddelar ändring.

### DELTAGARE

Gävle Simsällskap	GSS
Harnäs Skutskär Simsällskap	HSS
Sandviken Sim- och Hoppklubb	SSHK
Sim 77 Hofors	Sim -77

### TURORDNING

Plats/arrangör	Tid
1. Gävle/GSS	Mars
2. Sandviken/SSHK	April
3. Hofors/Sim -77	September
4. Gävle/HSS	December

### INBJUDAN

Inbjudan skall vara utskickad till respektive förening senast fyra veckor före varje tävling.

### STARTLISTA

Startlistan skall vara utskickad så att deltagande klubbar har den senast en vecka före tävlingstillfället.

### GULDNÅLSKANDIDAT

Speakern skall ange vilka simmare som på aktuell tävling har möjlighet att erövra guldnål.

Simmare i A-grupp som endast har ett klara guld i en gren, är att betrakta som möjlig för guldnål.

Underlag lämnas av GSF.

### ANMÄLAN

Anmälningarna skall göras på datalistor om arrangerande klubb så önskar.

Anmälningarna bör lämnas på diskett. Dessa skall då innehålla personbästatid.

Startlistorna och disketterna skall vara arrangerande klubb tillhanda senast två veckor före aktuell tävling.

### STRYKNINGAR

Strykningarna skall göras på strykningsmöte en timme före start.

### INSIMNING

Insimning sker en timme före första start.

### REGELTOLKNING

I samtliga grenar skall Svenska Simförbundets regler gälla. Simmarna och ledarna bör alltid informeras

av tävlingsledaren om fel vid eventuell diskvalificering.

Det åligger tränarna att se till att simmarna är väl bekanta med gällande regler.

Noteras bör att för många deltagare i yngsta klassen, är fjärlisim en ny tävlingsgren.

### PRISER

Plakett tilldelas de tre främsta i varje gren.

1 plac Guldplakett

2 plac Silverplakett

3 plac Bronsplakett

Plaketterna anskaffas av GSFs kassör. GSF ansvarar för att plaketterna finns på plats till nästkommande arrangemang.

Kostnad för plaketterna delas mellan föreningarna enligt modellen erövrade medaljer.

### DIPLOM

Diplom erövrar av varje simmare som uppnått gällande tid för respektive guld, silver eller bronsdiplom.

Diplomet kan bara erövrar en gång.

Arrangerande förening erhåller diplom från GSF och ansvarar för utfärdande och distribution av erövrade diplom.

Kostnad för diplom delas mellan föreningarna enligt modellen erövrade diplom.

### GULDNÅL

En nummerad guldnål tilldelas de simmare som uppnått gulddiplomtid i samtliga grenar.

Nålen delas ut vid Gästriklands Simförbunds Årsmöte GSF för register över simmare som tilldelats guldnålen.

Kostnaden för guldnålen betalas vid varje tillfälle av respektive förening.

### PRISUTDELNING

Prisutdelning sker med en grens förskjutning.

### RESULTATLISTA

Resultatlistan skall omedelbart distribueras till

Deltagande föreningar

GSF

Arbetsblad

Gefle Dagblad

### REGELÄNDRING

Dessa regler kan endast ändras av GSF. Regeländring sker av GSF på förslag från de deltagande föreningarna.

### UPPKLASSNING OCH URSIMNINGSTIDER

Simmare i klass 12 år och yngre som erövrar gulddiplom i någon av 50 eller 25 metersdistanserna kvalar upp

och får simma som 13 år och äldre i motsvarande distans. Distanserna 400/200 meter frisim och 100 meter medley får

simmas av simmare som har uppnått åldern för klass 13 år och äldre samt av klass 12 år och yngre som uppnått gulddiplom på någon av 50 metersdistanserna.

Åldreklassimmare som erövrat gulddiplom får ej delta fler gånger i den gren där gulddiplomet har erövrats.

Som gällande för diplom skall simmare ha uppnått en tid som är under eller lika med kvattiden ex 1.18,00

vid tävling där vi använder eltidtagning, samt en tid som är under eller lika med kvattiden ex 1.10.0

vid tävling där vi använder manuell tidtagning.

**TÄVLINGSPROGRAM**

<b>Klass</b>	<b>Frisim</b>	<b>Bröstsimsim</b>	<b>Fjärilsim</b>	<b>Ryggsim</b>	<b>Medley</b>
Flickor 13 och äldre	100 200, 400	100	50	100	100
Pojkar 13 år och äldre	100 200, 400	100	50	100	100
Flickor 12 år och yngre	50	50	25	50	
Pojkar 12 år och yngre	50	50	25	50	

**GRENORDNING OCH DIPLOMTID**

		<b>Guld</b>	<b>Silver</b>	<b>Brons</b>
Gren 1	400 meter Frisim, Pojkar 13 och äldre	4.55,0	5.15,0	5.35,0
Gren 2	200 meter Frisim, Flickor 13 och äldre	2.25,0	2.30,0	2.40,0
Gren 3	100 meter Ryggsim, Pojkar 13 och äldre	1.18,0	1.25,0	1.35,0
Gren 4	100 meter Ryggsim, Flickor 13 och äldre	1.20,0	1.27,0	1.35,0
Gren 5	50 meter Ryggsim Pojkar 12 år och yngre	42,0	44,0	46,0
Gren 6	50 meter Ryggsim, Flickor 12 år och yngre	42,0	44,0	46,0
Gren 7	100 meter Bröstsimsim, Pojkar 13 och äldre	1.25,0	1.32,0	1.42,0
Gren 8	100 meter Bröstsimsim, Flickor 13 och äldre	1.27,0	1.34,0	1.42,0
Gren 9	50 meter Bröstsimsim, Pojkar 12 år och yngre	46,0	48,0	50,0
Gren 10	50 meter Bröstsimsim, Flickor 12 år och yngre	46,0	48,0	50,0
Gren 11	100 meter Frisim, Pojkar 13 och äldre	1.04,0	1.10,0	1.20,0
Gren 12	100 meter Frisim, Flickor 13 och äldre	1.06,0	1.12,0	1.20,0
Gren 13	50 meter Frisim, Pojkar 12 år och yngre	38,0	40,0	42,0
Gren 14	50 meter Frisim, Flickor 12 år och yngre	38,0	40,0	42,0

**PAUS 15 MINUTER**

Gren 15	100 meter Medley, Pojkar 13 och äldre	1.18,0	1.25,0	1.35,0
Gren 16	100 meter Medley, Flickor 13 och äldre	1.20,0	1.27,0	1.35,0
Gren 17	25 meter Fjärilsim, Pojkar 12 år och yngre	19,0	21,0	23,0
Gren 18	25 meter Fjärilsim, Flickor 12 år och yngre	19,0	21,0	23,0
Gren 19	50 meter Fjärilsim, Pojkar 13 och äldre	34,0	38,0	42,0
Gren 20	50 meter Fjärilsim, Flickor 13 och äldre	35,0	39,0	42,0
Gren 21	200 meter Frisim, Pojkar 13 och äldre	2.20,0	2.30,0	2.40,0
Gren 22	400 meter Frisim, Flickor 13 och äldre	5.00,0	5.20,0	5.35,0

**LAGKAPP**

Någon lagkapp förekommer ej.