



Rönneracet 2019

- Tävlingsdatum:** 24-25 Augusti 2019
- Tävlingsplats:** Vattnets Hus i Ängelholm
- Tävlingstider:** Pass 1 & 3 – insim 07:30-08:45 start 9:00
Pass 2 & 4 – insim 14:30-15:45 start 16:00
- För vem:** T T1 T2 T3
- Ålderindelning:** A = 17år och äldre. B = 15-16år. C = 13-14år. D = 12år och yngre.
Klassindelningen är åldern simmaren har den 31/12 2019
- Begränsning:** Ängelholms Simsällskap förbehåller sig rätten att begränsa antalet heat i varje gren.
- Priser:** Pris till de tre främsta i respektive gren och åldersklass. Vinnaren av Swim off belönas med herr respektive damur från Swatch värde ca.1500 kronor.
Varje heatsegrare väljer fritt från prisbordet.
Prestationspris till de herrar/damer som slår Rönnerrekord i respektive åldersklass på följande distanser: 50m fjärilsim, 50m ryggsim, 50m bröstsim samt 50m frisim. Rönnerrekord kan enbart sättas i finalsimningarna. Ej i Swim offen.
- Anmälan:** Sker senast den 1/8-2019 till hss.anmalan@gmail.com
- Avanmälan:** Avanmälan till pass 1 skall göras senast torsdagen 22/8. Avanmälan till pass 3 ska göras senast vid pass 2 slut. Avanmälan till final skall göras efter försöken i respektive gren. Avanmälningar som ej inkommit i tid faktureras med 150 kronor.
Vid avanmälningar måste ni kontakta tävlingens ansvariga tränare via telefon eller sms. Annars kommer inte avanmälan fram i tid.
- Ansvarig tränare:** Fanny Östh, 070-743 34 49



Kostnad:

70kr/individuell start.

Sena anmälningar, så kallade efteranmälningar mottages i mån av plats, kostar 100kr/start utöver ordinarie avgift.

För sena avanmälningar kommer man att behöva betala hela kostanden, dvs alla starter då vi blir fakturerade för detta av arrangören.

Bra att ha med sig:

Överdragskläder (t-shirt/HSS-tröja och shorts + **skor**) vattenflaska, badmössa, simglasögon, simkläder och två handdukar (den ena brukar bli blöt under tävlingen). Något lätt att äta medan man väntar, t.ex. macka, frukt, nötter, drickyoghurt, inte godis. Tänk bara på att det kan finnas nötallergiker och hantera dem i förslutna påsar. **Hänglås för att kunna låsa skåpen.**

Avsimsning:

Erbjuds i två undervisningsbassänger i anslutning till tävlingsbassängen.

Postadress

Friluftsvägen 10
263 54 Lerberget

E-post

hss.kansliet@gmail.com

Bankgiro

406-3376

HÖGANÄS
simskällskap

Grenordning:

Pass 1 Lördag 24 Augusti 09.00

GREN	DISTANS	HERR/DAM		
1	4x50 Medley	Damer	Direktfinal	C och D
2	4x50 Medley	Herrar	Direktfinal	C och D
Paus 5 minuter				
3	100 Medley	Damer	Försök	
4	100 Medley	Herrar	Försök	
5	200 Fjärilsim	Damer	Direktfinal	
6	200 Fjärilsim	Herrar	Direktfinal	
7	50 Frisim	Damer	Försök	
8	50 Frisim	Herrar	Försök	
9	200 Bröstsimsim	Damer	Direktfinal	
10	200 Bröstsimsim	Herrar	Direktfinal	
Prisutdelning & 10 minuter paus				
11	100 Ryggsim	Damer	Försök	
12	100 Ryggsim	Herrar	Försök	
13	200 Frisim	Damer	Direktfinal	
14	200 Frisim	Herrar	Direktfinal	
15	50 Fjärilsim	Damer	Försök	
16	50 Fjärilsim	Herrar	Försök	
Paus 5 minuter				
17	4x50 Medley	Damer	Direktfinal	A och B
18	4x50 Medley	Herrar	Direktfinal	A och B
Prisutdelning				

Pass 2 Lördag 24 Augusti 16.00

GREN	DISTANS	HERR/DAM		
3	100m Medley	Damer	Final	
4	100m Medley	Herrar	Final	
7	50m Frisim	Damer	Final	
8	50m Frisim	Herrar	Final	
Prisutdelning & 10 minuter paus				
11	100m Ryggsim	Damer	Final	
12	100m Ryggsim	Herrar	Final	
15	50m Fjärilsim	Damer	Final	
16	50m Fjärilsim	Herrar	Final	
10 minuter paus				
19	50 m Bröstsimsim SWIM OFF	Öppen klass Damer/Herrar	Final	
20			Final	
Prisutdelning & Pris för Rönnerrekord				

Pass 3 Söndag 25 Augusti 09.00

GREN	DISTANS	HERR/DAM		
21	4x50 Frisim	Herrar	Direktfinal	A och B
22	4x50 Frisim	Damer	Direktfinal	A och B
Paus 5 minuter				
23	200 Medley	Herrar	Direktfinal	
24	200 Medley	Damer	Direktfinal	
25	200 Ryggsim	Herrar	Direktfinal	
26	200 Ryggsim	Damer	Direktfinal	
27	50 Bröstsimsim	Herrar	Försök	
28	50 Bröstsimsim	Damer	Försök	
29	100 Fjärilsim	Herrar	Försök	
30	100 Fjärilsim	Damer	Försök	
Prisutdelning & Paus 10 minuter				
31	50m Ryggsim	Herrar	Försök	
32	50m Ryggsim	Damer	Försök	
33	400 Frisim	Herrar	Direktfinal	
34	400 Frisim	Damer	Direktfinal	
35	100 Bröstsimsim	Herrar	Försök	
36	100 Bröstsimsim	Damer	Försök	
37	100 Frisim	Herrar	Försök	
38	100 Frisim	Damer	Försök	
Paus 5 min				
39	4x50 Frisim	Herrar	Direktfinal	C och D
40	4x50 Frisim	Damer	Direktfinal	C och D
Prisutdelning				

Pass 4 Söndag 25 Augusti 16.00

GREN	DISTANS	HERR/DAM		
37	100 Fritt	Herrar	Final	
38	100 Fritt	Damer	Final	
27	50 Bröstsimsim	Herrar	Final	
28	50 Bröstsimsim	Damer	Final	
29	100 Fjärilsim	Herrar	Final	
30	100 Fjärilsim	Damer	Final	
Prisutdelning & 10 minuter paus				
31	50 Ryggsim	Herrar	Final	
32	50 Ryggsim	Damer	Final	
35	100 Bröstsimsim	Herrar	Final	
36	100 Bröstsimsim	Damer	Final	
10 minuter paus				
41	50 m Fritt SWIM OFF	Öppen klass	Final	
42		Herrar/Damer	Final	
Prisutdelning & Pris för Rönnerrekord				