



## PM – ÄSS Cup 2024

- Tävlingsdatum:** 13-14 januari
- Tävlingsplats:** Vattnets Hus i Ängelholm
- Tävlingstider:** Pass 1 och 3 insim 07.45-08.45 Tävlingsstart 09.00  
Pass 2 börjar 2h efter att pass 1 är färdigt, ca 13.00.
- Ålderindelning:** M=Master mx A = 17år och äldre. B = 15-16år. C = 13-14år.  
D = 12år och yngre.  
*Klassindelningen är åldern simmaren har den 31/12 2024*

- Priser:** Pris till de tre främsta i respektive gren och åldersklass.  
åldersklass. I D klassen kommer vi att dela ut deltagarmedalj.  
Priser till de 3 främsta i Swim off.

- Tränare:** Andreas Lundberg, 0700 – 21 36 62
- Avanmälan till pass 1&3 skall göras senast kvällen innan kl18.00.  
Avanmälan till pass 2 ska göras senast innan föregående pass slut.

- 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.**

### Deltagare:

Namn:	Gren:	Namn:	Gren:
Blixt Alice	1,7,9,21,23	Bäcklund Theo	28,30,34,36
Hansson Hanna	1,5,9,21	Capuder Simone	27,29,33,35,37
Johansson Jonathan	2,6,8	Eriksson Esther	27,29,33,35
Johansson Nova	1,7,23	Johansson Matilda	27,35,37
Kulle Signe	1,5,7,9,17,21,23,25	Jovanova Anna-Marija	27,35,37
Lidborn Ellinora	1,5,7,9,17,21,23,25	Madenteg Alessandro	28,34,36
Ljung Elias	2,6,8,10,12,16,22,24,26	Nilsson Axel	28,30,32,34,36,38
Nilsson Melvin	2,6,10	HSS Lagkapp	39: 4x50m Fr
Klenell Charlotte	Eftanm: 1,5,23,25		

## Grenordning för

### Lördag:

Grenordning	Distans	Simsätt	Kön	Åldersklass
1	50m	Frisim	Damer	A,B,C
2	50m	Frisim	Herrar	A,B,C
101	50m	Frisim	Mix	M
3	200m	Ryggsim	Damer	A,B,C
4	200m	Ryggsim	Herrar	A,B,C
5	50m	Fjärilsim	Damer	A,B,C
6	50m	Fjärilsim	Herrar	A,B,C
102	50m	Fjärilsim	Mix	M
7	100 m	Bröstsims	Damer	A,B,C
8	100m	Bröstsims	Herrar	A,B,C
<b>Prisutdelning</b>				
9	50m	Ryggsim	Damer	A,B,C
10	50m	Ryggsim	Herrar	A,B,C
103	50m	Ryggsim	Mix	M
11	200m	Frisim	Damer	A,B,C
12	200m	Frisim	Herrar	A,B,C
<b>Prisutdelning/Slut pass 1</b>				
13	Swim off kvart	Frisim	Damer	
14	Swim off kvart	Frisim	Herrar	
15	200m	Bröstsims	Damer	A,B,C
16	200m	Bröstsims	Herrar	A,B,C
17	100m	Ryggsim	Damer	A,B,C
18	100m	Ryggsim	Herrar	A,B,C
19	100m	Fjärilsim	Damer	A,B,C
20	100m	Fjärilsim	Herrar	A,B,C
<b>Prisutdelning</b>				
21	100m	Frisim	Damer	A,B,C
22	100m	Frisim	Herrar	A,B,C
23	50m	Bröstsims	Damer	A,B,C
24	50m	Bröstsims	Herrar	A,B,C
104	50m	Bröstsims	Mix	M
25	100m	Medley	Damer	A,B,C
26	100m	Medley	Herrar	A,B,C
105	100m	Medley	Mix	M
<b>Prisutdelning</b>				

### Söndag:

Grenordning	Distans	Simsätt	Kön	Åldersklass
27	50m	Frisim	Damer	D
28	50m	Frisim	Herrar	D
29	50m	Fjärilsim	Damer	D
30	50m	Fjärilsim	Herrar	D
31	100m	Ryggsim	Damer	D
32	100m	Ryggsim	Herrar	D
<b>Prisutdelning</b>				
33	100m	Frisim	Damer	D
34	100m	Frisim	Herrar	D
35	50m	Bröstsims	Damer	D
36	50m	Bröstsims	Herrar	D
37	50m	Ryggsim	Damer	D
38	50m	Ryggsim	Herrar	D
39	4x50fri	Lagkapp	Mixed*	
<b>Prisutdelning</b>				
*minst en kille eller tjej per lag.				