

# Karlstads Simsällskap

inbjuder till



## Solstadoppet 2010

- Arrangör:** Karlstads Simsällskap
- Plats:** Sundsta badhus, Karlstad
- Bassäng:** 8 banor, 25 meter, eltidtagning
- Tävlingsdatum:** 17 – 18 april 2010
- Tävlingstider:**
- |                            |                            |
|----------------------------|----------------------------|
| Pass 1: 17 april kl. 10:00 | Insimning: kl. 08:45-09:45 |
| Pass 2: 17 april kl. 16:00 | Insimning: kl. 14:45-15:45 |
| Pass 3: 18 april kl. 09:00 | Insimning: kl. 07:45-08:45 |
| Pass 4: 18 april kl. 15:00 | Insimning: kl. 13:45-14:45 |
- Åldersgrupper:** Pojkar 15 år o.y.      Flickor 15 år o.y.  
Herrar 16 år o.ä.      Damer 16 år o.ä.
- Grenordning:** [Se bilaga 1](#)
- Sprinttävling:** Sprinttävlingen startar med att deltagarna simmar försök på distanserna 50 fj, 50 ry, 50 br och 50 fr. Deltagarens 3 bästa resultat, enligt FINA:s poängtabell, räknas ihop. De 8 främsta deltagarna i varje klass möts sedan i en 100m medley final.
- Anmälan:** Anmälan kan göras via [OCTO anmälan](#) eller med Wingrodan anmälningsfil som skickas med e-post till: [solstadoppet@karlstadsss.com](mailto:solstadoppet@karlstadsss.com)
- Anmälan skall vara oss tillhanda senast den **5 april kl. 12:00**. Vi förbehåller oss rätten att begränsa antalet starter.
- Anm.avgift:** 50:- för individuell start och 70:- för lagkappsstart. Avgiften betalas efter faktura som skickas ut efter tävlingen.
- Efteranmälan:** Kan ske mot dubbel avgift fram till den **16 april kl. 12:00**.
- Strykningar:** Strykningar till pass 1 skall vara oss tillhanda senast den **16 april kl. 12:00**. Strykningar till övriga pass lämnas in senast 30 minuter efter det att föregående pass avslutats.
- Priser:** De tre främsta i de individuella grenarna får presentkort från Stadium. Lagkappssegrare får Solstadoppets pokal.
- Startlista:** Publiceras på KSS hemsida senast den 8 april.
- Resultat:** Resultatlistor och filer publiceras på KSS hemsida snarast efter tävlingens slut.
- Kost & logi:** [Se bilaga 2](#)
- Upplysningar:** KSS kansli telefon 054-181 372 eller e-post [kansli@karlstadsss.com](mailto:kansli@karlstadsss.com).

Med förhoppning om en trevlig tävling hälsar vi Er välkomna till Karlstad.

# Bilaga 1

## Grenordning Solstadoppet 2010 – pass 1 och 2

<b>Pass 1: Lördagen den 17 april 2010</b>		
Tävlingsstart: 10:00      Insimning: 08:45-09:45		
<b>Gren</b>	<b>Simsätt</b>	<b>Klass</b>
1	50m Fjärilsim – försök	Damer/Flickor
2	50m Fjärilsim – försök	Herrar/Pojkar
3	50m Ryggsim – försök	Damer/Flickor
4	50m Ryggsim – försök	Herrar/Pojkar
5	50m Bröstsimsim – försök	Damer/Flickor
6	50m Bröstsimsim – försök	Herrar/Pojkar
7	50m Frisim – försök	Damer/Flickor
8	50m Frisim – försök	Herrar/Pojkar
Paus 45 min		
9	100m Medley – final	Flickor
10	100m Medley – final	Damer
11	100m Medley – final	Pojkar
12	100m Medley – final	Herrar
Prisutdelning gren 9-12		

<b>Pass 2: Lördagen den 17 april 2010</b>		
Tävlingsstart: 16:00      Insimning: 14:45-15:45		
<b>Gren</b>	<b>Simsätt</b>	<b>Klass</b>
13	800m Frisim	Damer/Flickor
14	1500m Frisim	Herrar/Pojkar
Prisutdelning gren 13-14		
15	400m Medley	Damer/Flickor
16	400m Medley	Herrar/Pojkar
Prisutdelning gren 15-16		

# Bilaga 1

## Grenordning Solstadoppet 2010 – pass 3 och 4

<b>Pass 3: Söndagen den 18 april 2010</b>		
Tävlingsstart: 09:00      Insimning: 07:45-08:45		
<b>Gren</b>	<b>Simsätt</b>	<b>Klass</b>
17	400m Frisim	Herrar/Pojkar
18	400m Frisim	Damer/Flickor
19	100m Bröstsims	Herrar/Pojkar
20	100m Bröstsims	Damer/Flickor
21	200m Ryggsims	Herrar/Pojkar
22	200m Ryggsims	Damer/Flickor
Prisutdelning gren 17-20		
23	100m Frisim	Herrar/Pojkar
24	100m Frisim	Damer/Flickor
25	200m Fjärilsims	Herrar/Pojkar
26	200m Fjärilsims	Damer/Flickor
27	100m Medley	Herrar/Pojkar
28	100m Medley	Damer/Flickor
Prisutdelning gren 21-28		

<b>Pass 4: Söndagen den 18 april 2010</b>		
Tävlingsstart: 15:00      Insimning: 13:45-14:45		
<b>Gren</b>	<b>Simsätt</b>	<b>Klass</b>
29	200m Medley	Damer/Flickor
30	200m Medley	Herrar/Pojkar
31	100m Ryggsims	Damer/Flickor
32	100m Ryggsims	Herrar/Pojkar
33	200m Bröstsims	Damer/Flickor
34	200m Bröstsims	Herrar/Pojkar
Prisutdelning gren 29-32		
35	100m Fjärilsims	Damer/Flickor
36	100m Fjärilsims	Herrar/Pojkar
37	200m Frisim	Damer/Flickor
38	200m Frisim	Herrar/Pojkar
Prisutdelning gren 33-38		
39	4x100m Medley	Damer
40	4x100m Medley	Herrar
Prisutdelning gren 39-40		

## Bilaga 2

### Bokning av kost och logi Solstadoppet 2010

**Förening:** \_\_\_\_\_

**Kontaktperson:** \_\_\_\_\_

**Telefon:** \_\_\_\_\_

	<b>Pris/st</b>	<b>Antal</b>
Logi i skolsal inkl frukost - 1 natt (minst 5 st)	125:-	
Logi i skolsal inkl frukost - 2 nätter (minst 5 st)	250:-	
Lunch - lördag	75:-	
Middag - lördag	80:-	
Lunch - söndag	75:-	

All mat serveras i Sundsta badhus.

Ovanstående anmälan skall vara oss tillhanda senast den **5 april kl. 12:00**.

*Karlstads Simsällskap*

*Box 4067*

*650 04 KARLSTAD*

*E-post: [solstadoppet@karlstadsss.com](mailto:solstadoppet@karlstadsss.com)*