



Länstrofén 2:a mars 2013

Plats:	Linköpings Simhall, Hamngatan, Linköping
Tävlingsdatum:	2 mars 2013
Tävlingstid:	Tävlingsstart kl 14.00
Insimning:	Insimning kl 13.00
Åldersklasser:	14 år -99, 13 år -00, 12 år -01, 11 år o yngre -02 oy.
Anmälan:	Senast 20 februari till LASS via OCTO
Grenordning:	Se grenordningen
Startavgift:	5000 kronor för varje länslag, sätts in på ÖSFs pg. 347963-1 i samband med anmälan.
Startlista:	Kommer finnas på www.lass.se
Diplom:	Alla simmare kommer att tilldelas diplom. Om någon simmare endast simmar lag behöver vi veta det i samband med anmälan, för att kunna skriva ut diplomerna.
Poängräkning	12, 10, 8, 7, 6, 5, 4, 3. Dubbla poäng i lagkappen
Mat:	Vi ordnar med mat efter tävlingen för alla länslag om intresse finns. Hör av er till ulrica@lass.se senast den 18/2. Ev. allergier och specialkost meddelas i samband med anmälan av mat.
Frågor & info	mail info@lass.se eller ring LASS kansli 013 – 13 96 08.
Övrigt:	Tiokrona för att kunna låsa skåpen

Grenordning

1. 100 m fjärilsim fl 14 år
2. 100 m fjärilsim po 14 år
3. 100 m fjärilsim fl 13 år
4. 100 m fjärilsim po 13 år
5. 50 m fjärilsim fl 12 år
6. 50 m fjärilsim po 12 år
7. 50 m fjärilsim fl 11 år oy
8. 50 m fjärilsim po 11 år oy
9. 100 m ryggsim fl 14 år
10. 100 m ryggsim po 14 år
11. 100 m ryggsim fl 13 år
12. 100 m ryggsim po 13 år
13. 100 m ryggsim fl 12 år
14. 100 m ryggsim po 12 år
15. 100 m ryggsim fl 11 år oy
16. 100 m ryggsim po 11 år oy
17. 200 m medley fl 14 år
18. 200 m medley po 14 år
19. 200 m medley fl 13 år
20. 200 m medley po 13 år
21. 100 m medley fl 12 år
22. 100 m medley po 12 år
23. 100 m medley fl 11 år oy
24. 100 m medley po 11 år oy
25. 100 m bröstsim fl 14 år
26. 100 m bröstsim po 14 år
27. 100 m bröstsim fl 13 år
28. 100 m bröstsim po 13 år
29. 100 m bröstsim fl 12 år
30. 100 m bröstsim po 12 år
31. 100 m bröstsim fl 11 år oy
32. 100 m bröstsim po 11 år oy
33. 100 m frisim fl 14 år
34. 100 m frisim po 14 år
35. 100 m frisim fl 13 år
36. 100 m frisim po 13 år
37. 100 m frisim fl 12 år
38. 100 m frisim po 12 år
39. 100 m frisim fl 11 år oy
40. 100 m frisim po 11 år oy
41. 8x50 m frisim mix

Tävlingsregler:

- Varje simmare får simma max tre individuella distanser samt lag.
- Yngre simmare får simma i äldre klass, men startar då i äldre klass i samtliga grenar.
- Varje gren går i två heat där den snabbaste simmaren simmar i heat två.
- I lagkappen skall det delta en pojke och en flicka från varje åldersklass. Varje län får ställa upp med två lag.
- Länslagen simmar på fast bana. Kronobergs län bana 3, Jönköpings län bana 4, Östergötlands län bana 5, Kalmar län bana 6