

# Dalaminisim

*Målgruppen för Dalaminisim är simmare, oavsett ålder, som ska ta nästa steg mot ett fullt regelverk efter instegstävling. Tävlingarna tillämpar ett enklare regelverk där simmaren diskas på färre grunder än vid en tävling med fullt regelverk. Dalaminisim vänder sig till simmare i Dalarna.*

<b>Tävlingsplats</b>	Sporthallen, Tingshusgatan 18, Ludvika. Insläpp i simhallen görs via receptionen. När receptionen är stängd så kan ni använda kod 4591 för att få tillgång till simhallen via spelareentrén och genom efterföljande dörrar.
<b>Datum</b>	19 november 2023.
<b>Tider</b>	Insim 15:00-15:45 start 16:00.
<b>Anmälan</b>	Anmälan görs via Tempus <b>senast torsdagen den 15 november</b> .
<b>Startlistan</b>	Anslås i simhallen vid tävlingens start.
<b>Efteranmälan</b>	Efteranmälan är tillåten via Tempus fram till 15/11. Därefter på plats fram till 1 timme före start.
<b>Funktionärer</b>	2 funktionärer från respektive förening skall ställa upp. Funktionärsamling sker 30 min före tävlingsstart. Funktionärerna behöver <b>inte vara utbildade</b> .
<b>Grenar</b>	Det finns flera block att simma. Varje block består av 3 distanser. Varje simmare kan simma max 4 distanser.
<b>Lagkapper</b>	Lagkappen får bestå av valfritt antal tjejer och killar. Lagen får också innehålla enbart tjejer eller killar.
<b>Strykningar</b>	Strykningar utförs via tränarappen senast 1 timme före start.
<b>Parkering</b>	Parkeringen kring sporthallen kräver P-skiva.
<b>Medaljer</b>	Efter tävlingen delas en deltagarmedalj till alla som simmat.
<b>Ombyte</b>	Ombyte sker i skyltade omklädningsrummen. Observera att de ej skyltade omklädningsrummen kommer låsas och vi har inte tillgång till nyckel! Kom ihåg hänglås!
<b>Upplysningar</b>	Mikael Gunnarsson, 073 612 7535

## Allmän info

Flickor och pojkar simmar tillsammans. Resultat redovisas samlat efter tävlingen och på hemsidan. Diskvalifikation sker endast om den tävlande:

- Gjort en grov tjuvstart.
- Simmat fel simsätt\*.
- Ej vidrört vägg vid vändning eller målgång.
- Dragit i linan.
- Hindrat medtävlare.

\*Med detta menas att simmaren till exempel simmar crawl i stället för bröstsim. Inte att simsättet är felaktigt, till exempel släpande armar i fjärilsim. Enstaka arm- eller bentag i fel simsätt leder inte heller till diskvalifikation. Utförda starter, simningar, vändningar och målgång som skulle innebära diskning i en tävling med fullt regelverk fångas, om möjligt, upp av funktionärer och meddelas av tävlingsledare till den aktives tränare vid valfri tidpunkt.

## Grenordning

Gren	Distans
1	4x25m frisim
2	100m medley
	Paus
3	25m frisim
4	50m frisim
5	100m frisim
	Paus
6	25m bröst
7	50m bröst
8	100m bröst
	Paus
9	25m rygg
10	50m rygg
11	100m rygg
	Paus
12	25m fjäril
13	50m fjäril
14	100m fjäril
	Paus
15	4x25m medley