



*Målgruppen för Dalaminisim är simmare, oavsett ålder, som ska ta nästa steg mot ett fullt regelverk efter instegstävling. Tävlingsarna 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>	Lugnets nya badhus 8x25m, Falun.
<b>Datum</b>	24 september 2023.
<b>Tider</b>	Insim 16:15 –16:50 och start 17:00.
<b>Anmälan</b>	Anmälan görs via Tempus <b>senast torsdagen den 14 september.</b>
<b>Startlistan</b>	Startlistan publiceras på Livetiming slutet av vecka 37.
<b>Efteranmälan</b>	Efteranmälan är tillåten via Tempus fram till 21/9. Därefter på plats fram till 1 timme före start.
<b>Publik</b>	Publiken sitter på balkongen ovanför bassängen. Det finns plats för 150 personer.
<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>	Gratisparkering finns vid bredvid ishallen. Övriga parkeringar på Lugnet är avgiftsbelagda.
<b>Medaljer</b>	Efter tävlingen delas en deltagarmedalj till alla som simmat.
<b>Ombyte</b>	Ombyte sker i de öppna omklädningsrummen. Nyckelarmband till skåpen kommer delas ut.
<b>Avsim</b>	Inget avsim är möjligt.
<b>Upplysningar</b>	Jens Antlov tel. 070-641 75 41 eller E-post: <a href="mailto:jens@falusim.se">jens@falusim.se</a>

## 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

## Anmälan

Sista anmälningsdag är  
14 september.

