

NEPPANTÄVVLING

Simklubben Neptun bjuder in till Neppantävling för samtliga breddsimmare i den stora bassängen ute i våra simhallar till GIH-badet den 21 Mars!

Vad är Neppantävlingen för något?

- Neppantävlingen är oftast den första "riktiga" simtävling som du som simmare kan delta i förutom Uppvisningssimmet. Barnen som är med i Neppantävlingen är alla från SK Neptun och simmar på olika bad runt om i vår verksamhet.
- Målet är att lära sig tävla på ett korrekt sätt och samtidigt försöka nå guldtiderna på de olika distanserna på Utmanardiplomet. Kom gärna och kika vid vårt prisbord på dessa diplom och ta med dig ett hem och lär dig mer.
- Ingen blir diskvalificerad för att tekniken inte är rätt, att vändningen är lite tokig eller om du inte står helt stilla på startpallen.
- Denna tävling är som en träningstävling och det rekommenderas att du varit med på några Uppvisningssim innan du är redo för en Neppantävling!
- Alla som deltar får medalj!

| POKAL 1 | Bronstid | Silvertid | Guldtime | |
|-----------------|----------|-----------|----------|---------------------------------------------------|
| Ryggsim, 25m | 32,0 | 29,0 | 26,0 | Pokal 1 - erhålls när samtliga guldtider uppnåts. |
| Frisim, 25m | 30,0 | 27,0 | 24,0 | |
| Bröstsım, 25m | 32,0 | 29,0 | 26,0 | |
| POKAL 2 | Bronstid | Silvertid | Guldtime | |
| Ryggsim, 50m | 56,0 | 53,0 | 50,0 | Pokal 2 - erhålls när samtliga guldtider uppnåts. |
| Frisim, 50m | 50,0 | 47,0 | 44,0 | |
| Bröstsım, 50m | 58,0 | 55,0 | 52,0 | |
| Ijäreilsım, 25m | 30,0 | 27,0 | 24,0 | |

Mer information om vilka grenar som finns tillgängliga för de olika grupperna, vilka tider med mer följer på kommande sidor. I slutet finns en steg för steg guide hur anmälan går till!

Eventuella frågor hänvisas till w.meinhart@skneptun.se

SIMKLUBBEN NEPTUN PASSION • KAMRATSKAP • KVALITET • UTVECKLING

Götgatan 107 nb SE-116 62 Stockholm 08-556 966 90 kansli@skneptun.se Org.nr./VAT 802002-4348 www.skneptun.se

NEPPANTÄVLING

Om du simmar i nivån Fisken Silver, Fisken Guld & Simsättskurs Brons gäller följande tider och grenordning:

- Tider:** Entré öppen från 08:30, samling 09:00 tillsammans med ledare, insim och uppvärmning kl 09:05-09:30, tävlingsstart ca 09:35
- Omklädnad:** I de anvisade omklädningsrummen
- Publik:** Hänvisas till den stora läktaren
- Samling:** Samling för barnen är 09:00 tillsammans med tränare, där tar vi hand om dem under uppvärmnings och insimstiden. Mellan insim och själva loppet sitter man bäst på läktaren med en handduk eller tröja. Samling innan själva loppet är i "callroom" där tränare finns och hjälper simmarna till sina platser.

Grenar:

| Grennummer | Sträcka | Grupp |
|------------|-------------|-------------------------------------------------|
| 1 | 25m Frisim | Fisken Silver, Fisken Guld & Simsättskurs Brons |
| 2 | 25m Ryggsim | Fisken Silver, Fisken Guld & Simsättskurs Brons |

- Anmälan:** Anmälan görs på SK Neptuns bokningsida där ni gör era gruppbokningar, en steg för steg guide finns i slutet av inbjudan. Sista anmälningsdagen är 17 Mars kl 23:59.

SIMKLUBBEN NEPTUN PASSION • KAMRATSKAP • KVALITET • UTVECKLING

Götgatan 107 nb SE-116 62 Stockholm 08-556 966 90 kansli@skneptun.se Org.nr./VAT 802002-4348 www.skneptun.se

NEPPANTÄVLING

Om du simmar i nivån Hajen Brons, Hajen Silver, Simsättskurs Silver, gäller följande tider och grenordning:

- Tider:** Entré öppen från 08:30, samling 11:00 tillsammans med ledare, insim och uppvärmning kl 11:05-11:30, tävlingsstart ca 11:35
- Omklädnad:** I de anvisade omklädningsrummen
- Publik:** Hänvisas till den stora läktaren
- Samling:** Samling för barnen är 11:00 tillsammans med tränare, där tar vi hand om dem under uppvärmings och insimtiden. Mellan insim och själva loppet sitter man bäst på läktaren med en handduk eller tröja. Samling innan själva loppet är i "callroom" där tränare finns och hjälper simmarna till sina platser.

Grenar:

| Grennummer | Sträcka | Grupp |
|------------|----------------|------------------------------------------------|
| 3 | 25m Fjärilssim | Hajen Silver, Simsättskurs Silver |
| 4 | 25m Ryggsim | Hajen Brons, Hajen Silver, Simsättskurs Silver |
| 5 | 25m Bröstsims | Hajen Brons, Hajen Silver, Simsättskurs Silver |
| 6 | 25m Frisim | Hajen Brons, Hajen Silver, Simsättskurs Silver |
| 7 | 50m Ryggsim | Hajen Brons, Hajen Silver, Simsättskurs Silver |
| 8 | 50m Bröstsims | Hajen Silver, Simsättskurs Silver |
| 9 | 50m Frisim | Hajen Brons, Hajen Silver, Simsättskurs Silver |

- Anmälan:** Anmälan görs på SK Neptuns bokningsida där ni gör era gruppbokningar, en steg för steg guide finns i slutet av inbjudan. Sista anmälningsdagen är 17 Mars kl 23:59.

SIMKLUBBEN NEPTUN PASSION • KAMRATSKAP • KVALITET • UTVECKLING

NEPPANTÄVLING

Om du simmar i nivån Hajen Guld, Medley, Utmanaren, Simiaden Brons, Simsättskurs Guld, gäller följande tider och grenordning:

- Tider:** Entré öppen från 08:30, samling 13:30 tillsammans med ledare, insim och uppvärmning kl 13:35-14:00, tävlingsstart ca 14:05
- Omklädnad:** I de anvisade omklädningsrummen
- Publik:** Hänvisas till den stora läktaren
- Samling:** Samling för barnen är 13:30 tillsammans med tränare, där tar vi hand om dem under uppvärmings och insimstiden. Mellan insim och själva loppet sitter man bäst på läktaren med en handduk eller tröja. Samling innan själva loppet är i "callroom" där tränare finns och hjälper simmarna till sina platser.

Grenar:

| Grennummer | Sträcka | Grupp |
|------------|----------------|-----------------------|
| 10 | 25m Fjärilssim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 11 | 25m Ryggsim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 12 | 25m Bröstsims | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 13 | 25m Frisim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 14 | 50m Fjärilssim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 15 | 50m Ryggsim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 16 | 100m Ryggsim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 17 | 50m Bröstsims | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 18 | 100m Bröstsims | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 19 | 50m Frisim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 20 | 100m Frisim | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 21 | 100m Medley | HJG, ME, UTM, SSG, SB |
| 22 | 200m Medley | HJG, ME, UTM, SSG, SB |

- Anmälan:** Anmälan görs på SK Neptuns bokningsida där ni gör era gruppbokningar, en steg för steg guide finns i slutet av inbjudan. Sista anmälningsdagen är 17 Mars kl 23:59.

SIMKLUBBEN NEPTUN PASSION • KAMRATSKAP • KVALITET • UTVECKLING

NEPPANTÄVVLING

Hur anmäler jag mitt barn?

1. Logga in på ditt barns konto och stanna kvar på den sida du kommer in på. På ditt barns konto ser du också vilken nivå ni bokade in er på sist.
2. Klicka på "Boka aktivitet" under rubriken genvägar, du ser vilket barn din grupp går i om du klickar under rubriken "aktiviteter".
3. Skrolla längst ner i den lista som kommer upp tills ni ser "Tävlingar"
4. Klicka på tävlingsnamnet "Neppantävling 21 Mars"
5. Kryssa i vilken/vilka grenar ni vill anmäla er till. Observera att man får **max simma tre** grenar per simmare.
6. Klicka dig vidare till "nästa".
7. Slutför och godkänn din anmälan. Bokningsbekräftelse ska komma till din mejl.
8. För att sedan se er bokning på barnets sida klickar ni på "mina tävlingar" i den röda startrutan till vänster under "mitt konto".

Observera att du måste vara inloggad på www.skneptun.kanslietonline.se för att se tävlingen. Sista anmälningsdag är 17 Mars kl 23:59. Om man blir sjuk/får förhinder och inte kan delta ska man mejla w.meinhart@skneptun.se detta för att undvika tomma banor.

SIMKLUBBEN NEPTUN PASSION • KAMRATSKAP • KVALITET • UTVECKLING

Götgatan 107 nb SE-116 62 Stockholm 08-556 966 90 kansli@skneptun.se Org.nr./VAT 802002-4348 www.skneptun.se