

# Tävlings-PM GIH-games 2023



# GIH-games firar två år!

**Välkommen till GIH-games!** Simklubben Neptun har glädjen att hälsa välkomna till den andra upplagan GIH-games. Årets arrangemang erbjuder tävlingar i åldersklassen 13 år och äldre och välkomnar simmare 12 år och yngre med anpassningar i linje med de nya tävlingarna för barn.

## Tävlings distanser i de två åldersklasserna:

<b>Klass A, 13 år och äldre</b> Födda 2010 och tidigare	50/100/200m Fjärilsim 50/100/200m Ryggsim 50/100/200m Bröstsimsim 50/100/200/400m Frisim 200/400m Medley
<b>Klass B, 12 år och yngre</b> Födda 2011 och senare, mixed-klass med fortsättningsregelverk	50/100m Fjärilsim 50/100m Ryggsim 50/100m Bröstsimsim 50/100m Frisim 100m Medley

## Tider - observera ändringar:

Med över 1000 anmälningar har tävlingstiderna för pass 1 tidigare lagts. Preliminärt tidsprogram finns i slutet.

	<b>Insim</b>	<b>Start</b>
<b>Pass 1</b>	Kl. 07:30-08:50	Kl. 09:00
<b>Pass 2</b>	Från tävlingsslut pass 1 till kl. 14:30.	Kl. 14:40

**Ledarmöte:** I undervisningsbassängen kl 08:00

## Efteranmälningar och strykningar:

Efteranmälningar tas emot på plats, samt i mån av tid. Strykningar görs via strykningssappen senast en timme innan varje pass. Försent inlämnad strykning (DNS) debiteras med 300kr.

## Heat och resultatlistor:

Heat och resultatlistor anslås i simhallen samt på [Swimify](#) och [Livetiming](#).

























# Övrig information

- Försäljning av fika, kaffe, kylda drycker och Neptunbadmössor finns på plats.
- [Fred's food truck](#) kommer stå utanför simhallen kl 11:00-13:30 och servera grymma luncher – missa inte deras grymma mat!
- Undervisningsbassängen är tillgänglig för avbad från kl 10:00.
- Vi rekommenderar samtliga simmare att ta med ett hänglås till skåpen och förvara så mycket som möjligt i dessa.



# Preliminärt tidsprogram

## Pass 1, insim kl 07:30-08:50, start kl 09:00

Start	Längd	Gren	Antal heat
 09:00		1 50m Fjärilsim Damer Final	
 09:18		2 50m Fjärilsim Herrar Final	
 09:31		3 400m Frisim Damer Final	
 09:39		4 400m Frisim Herrar Final	
 09:47		5 50m Fjärilsim Mixed Final	
 09:57		6 100m Fjärilsim Mixed Final	
 10:04		7 100m Fjärilsim Damer Final	
 10:10		8 100m Fjärilsim Herrar Final	
 10:15		9 50m Ryggsim Mixed Final	
 10:26		10 100m Ryggsim Mixed Final	
 10:34	20 min	Paus 20 min med möjlighet till insim/avbad	
 10:54		11 50m Ryggsim Damer Final	
 11:05		12 50m Ryggsim Herrar Final	
 11:15		13 100m Ryggsim Damer Final	
 11:27		14 100m Ryggsim Herrar Final	
 11:35		15 200m Fjärilsim Damer Final	
 11:39		16 200m Fjärilsim Herrar Final	
 11:44		17 200m Ryggsim Damer Final	
 11:48		18 200m Ryggsim Herrar Final	
 11:57		19 100m Medley Mixed Final	
 12:21		20 100m Medley Damer Final	
 12:44		21 100m Medley Herrar Final	

Passet slut: 12:56

## Pass 2, insim kl 13:45-14:30, start kl 14:40

Start	Längd	Gren	Antal heat
 14:40		22 50m Bröstsım Damer Final	
 14:56		23 50m Bröstsım Herrar Final	
 15:08		24 50m Bröstsım Mixed Final	
 15:20		25 400m Medley Damer Final	
 15:28		26 400m Medley Herrar Final	
 15:35		27 100m Bröstsım Mixed Final	
 15:44		28 100m Bröstsım Damer Final	
 15:58		29 100m Bröstsım Herrar Final	
 16:09	20 min	Paus 20 min paus med möjlighet till insim/avbad	
 16:29		30 200m Bröstsım Damer Final	
 16:34		31 200m Bröstsım Herrar Final	
 16:39		32 200m Frisim Damer Final	
 16:52		33 200m Frisim Herrar Final	
 17:03		34 50m Frisim Mixed Final	
 17:15		35 50m Frisim Damer Final	
 17:30		36 50m Frisim Herrar Final	
 17:41		37 200m Medley Damer Final	
 17:51		38 200m Medley Herrar Final	
 18:00		39 100m Frisim Mixed Final	
 18:12		40 100m Frisim Damer Final	
 18:27		41 100m Frisim Herrar Final	

Passet slut: 18:42