

Inbjudan till



23 januari i Markaryds Simhall, Hannabadet

- Tid:** Insimning 08.00 och tävlingsstart 09.00. Tävlingen beräknas sluta ca 11.30.
- Plats:** Hannabadet, Markaryd, 25 meters bassäng - 5 banor.
- Klubbar:** Alvesta SS, Ljungby SS, Markaryd SS, Växjö SS samt Älmhults SS.
- Prisutdelning:** Till de som klarar uppsatta stipulationstider för resp. sträcka.
- Anmälan:** Varje klubb tar in sina anmälningar och gör anmälan via Grodan. Gren-fil kommer att skickas till klubbarna. Anmälan görs till martina.w@telia.com **senast den 16 januari.**
OBS!!! Endast tre grenar per simmare.
Tänk på att anmäla utan tid för de som tävlar första gången och för de som varit med innan anmäla på tider de gjort på tidigare Kronobergscuper.
- Startlista:** Skickas via mail när MSS fått anmälan och presenteras på MSS hemsida, www.markarydssimsallskap.se

KRONOBERGSCUPEN!

Grenordning med medaljtider.

	Gren	Brons	Silver	Guld
1.	100m medley po	1.35,0	1.29,0	1.24,0
2.	100m medley fl	1.35,0	1.29,0	1.24,0
3.	50m frisim po	49,0	44,0	40,0
4.	50m frisim fl	49,0	44,0	40,0
5.	100m frisim po	1.24,0	1.18,0	1.13,0
6.	100m frisim fl	1.24,0	1.18,0	1.13,0
7.	25m fjäril po	28,0	24,0	21,0
8.	25m fjäril fl	28,0	24,0	21,0
9.	50m fjäril po	46,0	42,0	38,0
10.	50m fjäril fl	46,0	42,0	38,0

Paus 15 min

	Gren	Brons	Silver	Guld
11.	50m rygg po	55,0	50,0	46,0
12.	50m rygg fl	55,0	50,0	46,0
13.	100m rygg po	1.36,0	1.30,0	1.25,0
14.	100m rygg fl	1.36,0	1.30,0	1.25,0
15.	50m bröst po	59,0	55,0	51,0
16.	50m bröst fl	59,0	55,0	51,0
17.	100m bröst po	1.46,0	1.39,0	1.33,0
18.	100m bröst fl	1.46,0	1.39,0	1.33,0

Paus 5 min

19. 4x50m frisim mixed
20. 4x100m frisim mixed

Välkommen med er anmälan!
Markaryds Simsällskap

