



Rönneracet Special Edition

5-6 september 2020

Åldersklasser: A=17 år & äldre B=15-16 år C=13-14 år D=12 år & yngre.

Åldern som gäller för klassindelning är den åldern som simmaren har den 31/12 2020

Parasimmare: Tävlingen är sanktionerad för parasimmare

Tävlingstider: Lördag

Insim kl 09:00

Pass 1: kl 10:00-ca 11:20 tjejer 17år och äldre

Pass 2: kl 14:00-ca 15:40 killar 17år och äldre samt killar 15-16år

Pass 3: kl 17:00-ca 18:15 tjejer 15-16 år

Söndag

Insim kl 08:00

Pass 4: kl 09:00-ca 10:40 tjejer 13-14 år

Pass 5: kl 11:30-ca 12:55 killar 13-14 år

Pass 6: kl 14:00-ca 15:45 tjejer 12 år och yngre

Pass 7: kl 16:30-ca 17:35 killar 12 år och yngre

Insim: Kommer att ske på anvisad bana. Insim för pass 2, 3, 5, 6 och 7 kommer att vara i nära anslutning till avslutat pass innan.

Grenar: Se grenordning på www.livetiming.se

Heat- och resultatlistor: Distribueras endast digitalt på Livetiming



Rönneracet Special Edition

5-6 september 2020

Startavgift: 70 kr/start. Startavgifter faktureras och ska vara betalda senast på fakturans förfallodag

Avanmälning: Avanmälning ska göras i Wingrodan Sync senast 45 minuter före passets start. Avanmälda starter kommer inte att debiteras för att säkerställa att den som är sjuk blir avanmäld. DNS debiteras med ordinarie startavgift.

Priser: Pris till de tre främsta i respektive gren och åldersklass samt prestationspris till de som slår Rönnererekord på 50m samt 100m bröst-, rygg-, fjärril- och frisim. Ingen prisutdelning kommer att hållas. Priser lämnas till tränare för respektive klubb för utlämning på hemmaplan.

Ledarmöte: 45 min före varje pass för att säkerställa att alla är medvetna om vad som gäller under tävlingen.

Tränarfika: Kaffe serveras nere på pooldeck till tränare och funktionärer. Övrig fika går att köpa i biströn.

Observera: Hängande starter kommer inte att tillämpas. Ryggsimsplattformar finns tillgängliga.

Övrigt: Parkering och parkeringshus finns i närheten av Vattnets Hus. För att kunna låsa omklädningsskåp krävs hänglås.

Kontakt: kansliet@simes.com, davidsson@ektv.nu



Viktig information och riktlinjer inför tävlingen!!!

- Var vänlig respektera Folkhälsomyndigheternas rekommendationer att stanna hemma om du känner dig sjuk.
- Deltagare som känner eller uppvisar tecken på symptom under tävlingens gång är skyldiga att lämna tävlingsarenan omedelbart.
- Tävlingen är publikfri, men går att följa på www.livetiming.se. Vattnets Hus Spa och Bistro är dock öppet för besökare och har speciellt ÄSS erbjudande denna helg (se nästa sida).
- Endast simmare, tränare och funktionärer får vistas i simhallen.
- Var noga med handhygien och tvätta händerna ofta. Handsprit kommer att finnas på plats.
- Dusch och tvätt utan badkläder innan man beträder bassängen är obligatoriskt för alla simmare.
- Var noga med att hålla avstånd till varandra i simhallen, omklädningsrummen samt i duschutrymmet.
- Varje klubb kommer att få en bestämd plats att vistas på och simmarna ombeds stanna på anvisad plats till dess att hen ska starta.
- Simmaren ska endast befinna sig inom startområdet i samband med sin start (ca 5-10 min innan start).
- Efter målgång ska simmaren så snabbt som möjligt lämna startområdet.
- Efter avslutat pass duschar man hemma i den mån det är möjligt, för att undvika trängsel i dusch- och omklädningsrummen.

Tack för visad hänsyn!





Erbjudanden från Vattnets Hus i samband med Rönneracet 2020

Bistron erbjuder:

Pastasallad inkl. kaffe för 95 kr

Kaffe & Fralla med ost/skinka 40 kr

Smoothies 30 kr

(Förbeställning av lunch görs med fördel på 010-4050130)

Nordic Hamam erbjuder:

Klassisk massage eller djupgående massage 50 min för 500 kr (värde 650 kr)

Spa med 60 min valfri massage 795 kr

(Bokningar för behandlingar görs på 010-4050130 eller på mail: hej@nordichamam.se, uppge kod: ÄSS)

VATTNETS HUS.

