

SWEDISH SWIM GAMES



VÄSBY
SIMSÄLLSKAP

Swedish Swim Games 2023 Grand Prix 1



Website:
www.vss.se/start

Väsby Simsällskap
Upplands Väsby
ta.vlingar@vss.se



SWEDISH SWIM GAMES



V
Ä
S
B
Y

S
I
M
S
Ä
L
L
S
K
A
P

SIMHALL	Vilundabadet 25 m pool, 8 banor. Upplands Väsby.		
DATUM	Fredag – Söndag, September 22:a – 24:e, 2023.		
TIDER	Fredag Försök	Insim 14.30-15.45	Start 16.00
	Lördag Försök	Insim 07.30-08.45	Start 09.00 (OBS! NY TID)
	Lördag Finaler	Insim 15.00-16.15	B Finaler 16.30 (ca 45min) A Finaler 17.45 (ca 2h)
	Söndag Försök	Insim 07.30-08.45	Start 09.00
	Söndag Finaler	Insim 14.30-15.45	B Finaler 16.00 (ca 45min) A Finaler 17.15 (ca 2h.)

Tider kan ändras då det är preliminära.

Tävlingen har ett A-flight och B-flight format för försöken och sedan A och B finaler.

Poolen är öppen mellan försöksimningarna och finalsimningarna.

AVSIM Under tävlingen finns det tre avsimningsbassänger:
1 . Äventyrsbadet
2 . 15 meters pool 1
3 . 15 meters pool 2

Dessa pooler är alla tillgängliga under Lördagen och Söndagen.
 På fredagen är äventyrsbadet den enda avsimningsbassängen.

START-/HEATLISTA Start-/och Heatlistor är i första hand publicerade på [Swimify - Swedish Swim Games 2023 - Grand Prix 1](#)
 Under starten av insimet kommer även heatlista sättas upp i idrottshallen.
 Om klubbar behöver heatlista så finns det att hämta i sekretariatet 30 min efter insimets start.

ACKREDITERING Alla simmare och ledare ska ha med sig sin ackreditering under tävlingens gång. Ackrediteringarna finns att hämta vid ingången till idrottshallen.

För simmare och ledare som bor på Scandic ska ackreditering bäras med till måltiderna.

Ackreditering kostar **100 SEK**

Call ROOM Försök: Simmare måste vara i callroom senast 2 heat före start.
 Finaler: Simmare måste vara i callroom senast 5 minuter före start.
 Prize ceremonies: Simmare måste vara i callroom senast 5 minuter före prisutdelning.



SWEDISH SWIM GAMES



STRYKNINGAR

Tidiga strykningar fram till Torsdag 21:a September skickas till it@vss.se.

Klubbar kommer få information om inloggning till tränarappen där strykningar kan göras. Informationen skickas under tävlingsveckan till alla klubbar.

Vi ber er lägga in era strykningar som:

- **Fredag= Senast 1 timme före tävlingspasset startar.**
- **Lördag= Senast 30 minuter efter Fredagens pass är färdigt.**
- **Söndag= Senast 30 minuter efter att Lördagens pass är färdigt.**

Strykningar **för finaler måste lämnas in senast 30 minuter efter avslutad gren i fråga.** Denna strykning måste göras på papper till sekretariatet. Detta är inte ett alternativ i tränarappen.

300 SEK i avgift för DNS under tävlingen. Detta faktureras till klubben i efterhand.

PRISER

10 000 SEK ges till bästa kvinnliga och manliga simmare.
6 000 SEK ges till näst bästa kvinnliga och manliga simmare.
3 000 SEK ges till tredje bästa kvinnliga och manliga simmare.
FINAS poängtabell kommer användas som bas för att avgöra placeringen av simmarens top 3 bästa grenar under tävlingen.

	Individuella:	Lagkapper:
Prispengar per gren:		
Guld	700 SEK	1 400 SEK
Silver	500 SEK	1 000 SEK
Brons	300 SEK	600 SEK

Pristagarna får även ytterligare nyttopriser.

Simmare som slår SWEDISH GAMES rekord tilldelas 1 000 SEK. Rekordet för Swedish Games är bifogat nedan.

Prisceremoni för grenarna 3,4,7,8 kommer hållas efter fredagens finaler, mer specifikt efter lagkapperna..

Prisceremonierna på Lördag och Söndag kommer hållas mellan vissa grenar (se nedan). Simmare ska vara i callroom 5 minuter före prisceremonin.

TRÄNARFIKA

Tränarfika hittas i idrottshallen, tex kaffe och något tilltugg.

CAFETERIA

Medley kommer ha öppet i sin cafeteria för simmare som vill köpa något.

TRÄNARMÖTE

Kommer hållas i äventyrsbadet 15.30 på fredagen.

SWEDISH SWIM GAMES

SVENSKA
SIMSPELEN



V
Ä
S
B
Y

S
I
M
S
Ä
L
L
S
K
A
P

MÅLTIDER SCANDIC

Lunch och Middag finns på Scandic för de som stannar där samt de som bokat separat. Under tävlingen är tiderna dem samma.

Lunch: 11.30-14.30

Middag: 18-21

Meny på Scandic hotell

Torsdag:

Lunch: Panerad fisk, remouladsås, citron, gröna ärtor och kokt potatis

Middag: Köttbullar med gräddsås, rårörda lingon, pressgurka och potatismos

Fredag

Lunch: Kyckling med currysås, wokade grönsaker, koriander och ris

Middag: Långbakad fläskkotlett, champinjonsås, broccoli och klyft potatis

Lördag

Lunch: Korvstroganoff, paprika, vitlök, dragon och ris

Middag: Lasagne al forno

Söndag

Lunch: Spaghetti med köttfärssås, riven ost

Middag: Pasta sallad med kyckling, pesto, soltorkade tomater

PARKERING

Parkering finns vid simhallen, vid ishallen och vid Väsby Centrum.

FRÅGOR

Om ni har allmänna frågor så maila gärna tavlingar@vss.se.

Website:
www.vss.se/start

Väsby Simsällskap
Upplands Väsby
tavlingar@vss.se



SWEDISH SWIM GAMES



VÄSBY
SIMSÄLLSKAP

Grenordning

Fredag	Försök & Finaler	Start 16.00
Gren 1	50 Ryggsim	Women
Gren 2	50 Ryggsim	Men
Gren 3	400 IM Final (4 heat)	Women
Gren 4	400 IM Final (4 heat)	Men
Gren 5	50 Bröstsims	Men
Gren 6	50 Bröstsims	Women
Gren 7	1500 Frisim Final	Men
Gren 8	1500 Frisim Final	Women

10 min Paus

Gren 10	4x 100 Me	Mixed
---------	-----------	-------

Prisceremoni Grenar 3,4,7,8

Söndag		Start 9.00
Gren 25	200 Frisim	Men
Gren 26	100 Frisim	Women
Gren 27	100 Bröstsims	Men
Gren 28	100 Ryggsim	Women
Gren 39	800 Frisim	Men
Gren 30	200 Fjärilsim	Women
Gren 31	200 IM	Men
Gren 32	400 Frisim	Women
Gren 33	50 Frisim	Men
Gren 34	200 Bröstsims	Women
Gren 35	100 Fjärilsim	Men
Gren 36	100 Medley	Women
Gren 37	200 Ryggsim	Men
Gren 38	50 Fjärilsim	Women

15 min Paus före

B-Flight, sen samma ordning

A fligterna består av de 4 snabbaste heaten från distanserna 50, 100 och 200 meter. 3 heat av 400 distanserna. De 3 sista heaten i försöken är seedade.

Fredagens försöckskör ej i flights format.

400 medley är direktfinal och tävlas i endast 4 heat på fredagen.

800 frisim är direktfinal och tävlas i endast två heat. De 8a långsammaste tiderna simmar på A-fligheten medans de 8 snabbaste tiderna simmar direkt i A finalen.

1500 Frisim tävlas i endast 1 heat som simmar på fredagen.

4 x 100 Medley Mixed lagkapp simmas i försöken på fredagen och de snabbaste 8 lagen därifrån simmar sedan i finalen på lördagen.

Lördag		Start 9.00
Gren 11	200 Frisim	Women
Gren 12	100 Frisim	Men
Gren 13	100 Bröstsims	Women
Gren 14	100 Ryggsim	Men
Gren 15	800 Frisim	Women
Gren 16	200 Fjärilsim	Men
Gren 17	200 IM	Women
Gren 18	400 Frisim	Men
Gren 19	50 Frisim	Women
Gren 20	200 Bröstsims	Men
Gren 21	100 Fjärilsim	Women
Gren 22	100 IM	Men
Gren 23	200 Ryggsim	Women
Gren 24	50 Fjärilsim	Men

15 min Paus före

B-Flight, sen samma ordning

SWEDISH SWIM GAMES

SVENSKA
SIMSPELEN

Grenordning Finaler

Saturday:

B Final

Gren 12	100 Frisim
Gren 11	200 Frisim
Gren 5	50 Bröstsims
Gren 13	100 Bröstsims
Gren 14	100 Ryggsims
Gren 1	50 Ryggsims
Gren 16	200 Fjärilsims
Gren 17	200 IM
Gren 18	400 Frisim
Gren 29	50 Frisim
Gren 20	200 Bröstsims
Gren 21	100 Fjärilsims
Gren 22	100 IM
Gren 23	200 Ryggsims
Gren 24	50 Fjärilsims

A Final

Gren 15	800 Frisim (last heat, top 8)
Gren 12	100 Frisim
Gren 11	200 Frisim
Gren 5	50 Bröstsims
Gren 13	100 Bröstsims

Prisceremoni

Gren 15,12, 11, 5

Gren 14	Men
Gren 1	Women
Gren 16	50 Ryggsims
Gren 17	200 Fjärilsims
Gren 18	200 IM
Gren 19	400 Frisim
	50 Frisim

Prisceremoni

Gren: 13, 14,1, 16,17,18

Gren 20	Men
Gren 21	200 Bröstsims
Gren 22	100 Fjärilsims
Gren 23	100 IM
Gren 24	200 Ryggsims
Gren 10	50 Fjärilsims
	4x100 IM

Prisceremoni

Gren: 19,20,21,22,23,24,10

Start 16.30

Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men
Women
Men

Start 17.45

Women
Men
Women
Men
Women

Sunday:

B Final

Gren 26	100 Frisim
Gren 25	200 Frisim
Gren 6	50 Bröstsims
Gren 27	100 Bröstsims
Gren 28	100 Ryggsims
Gren 2	50 Ryggsims
Gren 30	200 Fjärilsims
Gren 31	200 IM
Gren 32	400 Frisim
Gren 33	50 Frisim
Gren 34	200 Bröstsims
Gren 35	100 Fjärilsims
Gren 36	100 IM
Gren 37	200 Ryggsims
Gren 38	50 Fjärilsims

A Final

Gren 29	800 Frisim (last heat, top 8)
Gren 26	100 Frisim
Gren 25	200 Frisim
Gren 6	50 Bröstsims
Gren 27	100 Bröstsims

Prisceremoni

Gren: 29,26,25,6

Gren 28	Women
Gren 2	100 Ryggsims
Gren 30	50 Ryggsims
Gren 31	200 Fjärilsims
Gren 32	200 IM
Gren 33	400 Frisim
	50 Frisim

Prisceremoni

Gren: 27,28,2,30,31,32

Gren 34	Women
Gren 35	200 Bröstsims
Gren 36	100 Fjärilsims
Gren 37	100 IM
Gren 38	200 Ryggsims
	50 Fjärilsims

Prisceremoni

Gren: 33,34,35,36,37,38

V
Ä
S
B
Y

S
I
M
S
Ä
L
L
S
K
A
P

SWEDISH SWIM GAMES



Swedish Swim Games Records

Men	Grens	Women
25m		25m
21:46 Eamon Sullivan 2009	50 Frisimstyle	24:26 Sarah Sjöström 2011
46:95 Matthew Abood 2009	100 Frisimstyle	53:06 Sarah Sjöström 2011
1:44:99 Gard Kvale 2009	200 Frisimstyle	1:55:22 Petra Granlund 2010
3:47:37 Christoffer Wallin 2009	400 Frisimstyle	4:09:73 Julie Aglund Lauridsen 2014
7:55:35 Jon Jøntvedt 2021	800 Frisimstyle	8:44:15 Maria Vilas 2010
14:56:51 Jon Jøntvedt 2021	1500 Frisimstyle	16:28.55 Lucie Hanquet 2021
26:91 Philip Greve 2018	50 Bröstsimstroke	30:21 Emelie Fast 2021
58:87 Erik Persson 2018	100 Bröstsimstroke	1:05:75 Emelie Fast 2021
2:05:64 Erik Persson 2018	200 Bröstsimstroke	2:19:96 Rikke Möller Pedersen 2013
24:02 Gustav Hökfelt 2021	50 Ryggsimstroke	26:32 Aya Terakawa 2009
51:99 Markus Lie 2018	100 Ryggsimstroke	56:46 Shiho Sakai 2009
1:54:31 Mattias Carlsson 2009	200 Ryggsimstroke	2:03:88 Aya Terakawa 2009
23:29 Oskar Hoff 2021	50 Butterfjärilsim	25:92 Yuka Kato 2009
51:09 Geoff Huegill 2009	100 Butterfjärilsim	57:15 Sarah Sjöström 2011
1:53:05 Takeshi Matsuda 2009	200 Butterfjärilsim	2:05:50 Petra Granlund 2010
54:25 Simon Sjödin 2020	100 Medley	1:00:05 Emelie Fast 2021
1:56:39 Simon Sjödin 2016	200 Medley	2:10:24 Sara Thydén 2011
4:09:79 Simon Sjödin 2018	400 Medley	4:36:22 Sara Thydén 2011
	4x100 Medley Mixed	3.54.57 Helsingborgs Simsällskap 2021

VÄSBY
SIMSÄLLSKAP





Utbetalning av prispengar

Namn		Personnummer	
Adress		Postadress	
Telefonnummer			
E-post			

Jag vill ha mina prispengar insatta på nedanstående konto

Bankens namn			
Clearingnummer		Kontonummer	

Prispengar betalas ut i efterhand direkt till pristagaren och är skattepliktiga. Arrangören kommer att dra preliminär A-skatt före utbetalning och lämna kontrolluppgift till mottagaren och till Skatteverket.