



**PM**

## **Sälsimmet den 18 oktober**

Njurunda Simsällskap hälsar alla deltagande föreningar, simmare och tränare hjärtligt välkomna till Njurunda.

**Entré:** Vid ingången till Njurundahallen kommer simmare, tränare och ledare att erhålla ett passerkort samt tilldelas ett utrymme för varje förening att nyttja under dagen.

**Tävlingsplats:** Njurundahallen, 25 m, 6 banor

**Tävlingstider:** Söndag 18 oktober  
Pass 1 Tävlingsstart kl 10:00  
Pass 2 Tävlingsstart kl 15:00

**Insim:** Covid 19-anpassat insim kommer att genomföras föreningsvis, se schema nedan.

<b>Pass 1 söndag 18/10</b>	<b>Bana</b>	<b>Pass 2 söndag 18/10</b>	<b>Bana</b>
<b>08:15 - 08:35</b>		<b>13:35 - 13:50</b>	
Njurunda	1-6	Njurunda	1-6
<b>08:40 - 09:00</b>		<b>13:55 - 14:10</b>	
Sundsvall	1-6	Sundsvall	1-6
<b>09:05 - 09:25</b>		<b>14:15 - 14:30</b>	
Härnösand	1-2	Härnösand	1-2
Sollefteå	3	Sollefteå	3
Falun	4	Falun	4
Hudiksvall	5	Hudiksvall	5
Njurunda	6	Njurunda	6
<b>09:30 - 09:50</b>		<b>14:35 - 14:50</b>	
Umeå	1-2	Umeå	1-2
Ägir	3-4	Ägir	3-4
Höga Kusten	5-6	Höga Kusten	5-6

- Efteranmälan:** I mån av plats kan efteranmälan inlämnas till sekretariatet senast 75 min före passets start. Efteranmälningsavgift 100 kr/start.
- Avanmälningar:** Strykningar görs i tränarappen senast 75 min före respektive pass första start.
- Hängande start:** Vi tillämpar hängande start i alla grenar förutom i ryggsim. Vi ber Er informera Era simmare, så att tävlingen kan genomföras på smidigt sätt
- Extralopp:** Det kommer att finnas möjlighet till extralopp efter pass 1 och pass 2. Max 200 m och 3 heat vardera för dam och herr. Kostnaden är 100 kr per start och avgiften faktureras i efterskott
- Prisutdelning:** Inga prisutdelningar kommer genomföras. Medaljer hämtas personligen vid ett prisbord som är placerad på entréplan. Heatpriser kommer att ges till vinnaren i varje heat, hämtas personligen vid prisbordet.
- Ledarmöte:** På onsdag den 14/10 kl 19:30 genomförs ett digitalt ledarmöte där vi bland annat går igenom säkerhet och planerade Covid 19-anpassningar. Vi önskar att minst en person från respektive klubb deltar på mötet.
- Heatlistor:** Varje klubb kan hämta heatlistor i respektive klubbsocker i tävlingsbyrå. Heatlistor kommer även att anslås på anvisade platser.
- Livesändning:** Tävlingen kommer att sändas live via vår hemsida [njurundasim.nu](http://njurundasim.nu)
- Resultat:** Tävlingen kan följas via Livetiming under tävlingen.
- Omklädning:** Sker i massomklädningsrum, arrangörsklubben ansvarar ej för förlorade saker. Omklädningsrummen är uppdelade per förening, se skyltar på dörrarna.
- Sittplatser:** Inga sittplatser för publik kommer att finnas i simhallen. Varje förening kommer att tilldelas en yta på läktaren där tränare kan kommunicera med simmare efter genomförd simning.
- Tränarfika:** Vi kommer bjuda på tränarfika i anslutning till kafeterian på övervåningen.
- Avsim:** Sker i undervisningsbassängen under pågående tävling. Max antal simmare samtidigt i bassängen är 18 st
- Förbeställd mat:** Lunch serveras kl 11:30 – 13:30 på restaurang Alforno som ligger ca 5 minuters promenad från simhallen.

**Corona:**

**Vi följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer.**

- ✓ Stanna hemma om du känner dig sjuk eller har symtom.
- ✓ Deltagare som känner eller uppvisar tecken på symtom under tävlingens gång är skyldiga att med omedelbar verkan lämna tävlingsarenan.
- ✓ Tvätta händerna ofta och var noga med hygien.
- ✓ Var noggranna med att hålla avstånd till varandra i hel Njurundahallen.
- ✓ Tävlingen är publikfri, kommer att livesändas.
- ✓ Endast simmare, tränare, ledare och funktionärer får vistas i simhallen.
- ✓ Insimningen kommer att vara uppdelad per förening. Varje förening blir tilldelade en slottid.
- ✓ Avbadnings bassängen kommer att vara öppen men med ett begränsat antal simmare.
- ✓ Vi har tillgång till hela Njurundahallen så extra omklädningsrum och duschar finns.
- ✓ Flödesschema för hur vi rör oss i simarenan och anslutande lokaler kommer att framgå på digitala ledarmötet
- ✓ Det kommer finnas tillgång till handsprit i simhallen och i de ytor vi befinner oss.
- ✓ Städning av lokalen sker löpande under dagen.

*Vi hoppas alla får en trevlig och bra tävling i Njurunda*

*Vänliga hälsningar*

*Njurunda Simsällskap*