



PM Järfälla Nationella 2022

Datum 8-10 April 2022
Plats Järfällabadet – 50m, 10 banor
Adress Mjölnavägen 1B, 177 41 Järfälla

Tider

Fredag	Pass 1 Insim: 17.30 – 18.15, Start: 18.30
Lördag	Pass 2 Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00 Pass 3 Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00
Söndag	Pass 4 Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00 Pass 5 Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00

Strykningar Vi kommer att använda grodan strykningsapplikation.
Strykningar senast 1 timme innan start.

Laguppställning Skall vara sekretariatet tillhanda senast 1 timme före varje pass via Grodanappen.

Startlista Startlista publiceras på www.livetiming.se

Priser Medaljer hämtas ut till placering 1-3 per åldersgrupp samt placering 1-3 per lagkapp vid sekretariatet.

Bassängrekord Slår man bassängrekord i en individuell gren vinner man presentkort hos TYR på 500 kr. Om flera simmare är under gällande bassängrekord är det endast den snabbaste simmaren i grenen som erhåller presentkortet! Se bassängrekord i heatlistor.

Omklädning Tag med eget hänglås till skåpen.



PM Järfälla Nationella 2022

- Heatlistor** Distribueras i sekretariatet samt anslås i simhallen, kommer även publiceras på www.livetiming.se
- Resultat** Anslås i simhallen under tävlingen samt uppdateras på Livetiming.
- Avsim** Avsim sker i multibassängen
- Tekniskt** Hängande start, även på ryggsim. Helautomatisk eltidtagning.
- Fika** Tränarfika finns en trappa i simhallen.
- Parkering** Fri parkering utanför simhallen, 4 timmars P-skiva. Om simhallens parkering är full finns fler parkeringsplatser utanför gamla simhallen (Mjölnavägen 3).
- Publik** Publik på balkongen ovanför bassängen. Max 150 personer
- Upplysningar** Per Holm tavling@jarfallasim.org eller tel: 0706-05 90 49



PM Järfälla Nationella 2022

Pass 1 – Fredag Eftermiddag

Insim: 17.30 – 18.15, Start: 18.30

Gren 1	800m Frisim (2 heat)	Damer
Gren 2	800m Frisim (2 heat)	Herrar
Gren 3	1500m Frisim (2 heat)	Damer
Gren 4	1500m Frisim (2 heat)	Herrar

Pass 2 – Lördag Förmiddag

Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00

Gren 5	50m Bröstsöm	Damer
Gren 6	100m Fjärilsöm	Herrar
Gren 7	100m Frisim	Damer
Gren 8	400m Frisim	Herrar
Gren 9	50m Fjärilsöm	Damer
Gren 10	100m Ryggsöm	Herrar
Gren 11	200m Medley	Damer
Gren 12	200m Bröstsöm	Herrar
Gren 13	4x200m Frisim	Damer

Pass 3 – Lördag Eftermiddag

Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00

Gren 14	50m Ryggsöm	Herrar
Gren 15	200m Frisim	Damer
Gren 16	50m Frisim	Herrar
Gren 17	400m Medley	Damer
Gren 18	100m Bröstsöm	Herrar
Gren 19	200m Ryggsöm	Damer
Gren 20	200m Fjärilsöm	Herrar
Gren 21	4x100m Frisim	Damer
Gren 22	4x100m Frisim	Herrar

Pass 4 – Söndag Förmiddag

Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00

Gren 23	50m Bröstsöm	Herrar
Gren 24	100m Fjärilsöm	Damer
Gren 25	100m Frisim	Herrar
Gren 26	400m Frisim	Damer
Gren 27	50m Fjärilsöm	Herrar
Gren 28	100m Ryggsöm	Damer
Gren 29	200m Medley	Herrar
Gren 30	200m Bröstsöm	Damer
Gren 31	4x200m Frisim	Herrar

Pass 5 – Söndag Eftermiddag

Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00

Gren 32	50m Ryggsöm	Damer
Gren 33	200m Frisim	Herrar
Gren 34	50m Frisim	Damer
Gren 35	400m Medley	Herrar
Gren 36	100m Bröstsöm	Damer
Gren 37	200m Ryggsöm	Herrar
Gren 38	200m Fjärilsöm	Damer
Gren 39	4x100m Medley	Herrar
Gren 40	4x100m Medley	Damer