



Inbjudan till UGP 1

28-29 januari 2023

UGP

Vänder sig till alla simmare i ungdomsåldersklasserna. Tävligen UGP kan i sin helhet ses som en del av träningsupplägget för aktuella åldrar, med många tävlingslopp och olika tävlingsdistanser. UGP genomförs fyra gånger per år. Tävligen genomförs med direktfinal. Alla simmare som anmäls kommer att få simma. Alla åldersklasser simmar i samma gren. Resultaten särskiljs sedan i resultatlistan.

Arrangör:

Motala Simsällskap

Anmälan:

Via Tempus Anmälan
senast 16 januari

Plats:

Motala Sport & Simhall, 6 x 25 meter, adress: Östermalmsgatan 40

Klasser:

A: 17 år B:16 år C:15 år D:14 år E: 13 år

Äldre simmare, 18 år och äldre, samt yngre simmare, 12 år och yngre, får anmäla sig men deltar inte i UGP-tävlingen och får inte delta på 800 och 1500 frisim.

Tider:

Lördag 28 januari

Pass 1: Insim 08:00 / Tävling 09:00

Pass 2: Insim 14:00 / Tävling 15:00

Söndag 29 januari

Pass 3: Insim 08:00 / Tävling 09:00

Pass 4: Insim 14:00 / Tävling 15:00

Anmälningsavgift:

60 kr/individuell start. Betalning sker i efterskott mot faktura

Startlista:

Startlistor publiceras på [Livetiming](#) den 17 januari.

Efteranmälan:

Kan göras via [Tempus anmälan](#) fram till fredag 27 januari kl 12.00, mot dubbel avgift.

För mer information om tävlingen: tavling@motalass.se eller [Livetiming](#)



Strykningar:

Strykningar görs via [tränarappen](#), information och lösenord skickas ut när startlistorna publicerats.

Grenordning:

Pass 1	Pass 2	Pass 3	Pass 4
1. 200m frisim damer	8. 200m fjärilsim damer	14. 200m frisim herrar	21. 200m fjärilsim herrar
2. 100m fjärilsim herrar	9. 200m medley herrar	15. 100m fjärilsim damer	22. 200m medley damer
3. 100m bröstsim damer	10. 400m frisim damer	16. 100m bröstsim herrar	23. 400m frisim herrar
4. 200m bröstsim herrar	11. 100m ryggsim herrar	17. 200m bröstsim damer	24. 100m ryggsim damer
5. 400m medley damer	12. 200m ryggsim damer	18. 400m medley herrar	25. 200m ryggsim herrar
6. 1500m frisim* herrar	13. 100m frisim herrar	19. 1500m frisim* damer	26. 100m frisim damer
7. 800m frisim* herrar		20. 800m frisim* damer	

**en simmare får ej delta i både 800 och 1500 frisim utan får välja gren.*

Priser:

Pris till de tre bästa i varje åldersklass och gren som ingår i UGP-tävlingen.

Mat:

Lunch 95:-

Vid beställning av mat ange följande:

- Antal lunch lördag
- Antal lunch söndag

Önskemål om specialkost, ange simmarens namn och mat/produkter som ska undvikas. Matbeställningar skickas till tavling@motalass.se. Bindande from 19 januari.

Tips på alternativt boende:

- **Hotel Östermalm** (300m från simhallen) 0141-21 99 00, www.hotelostermalm.se
- **Best Western Motala Statt** (centralt, ca 1,5 km från simhallen) 0141-21 64 00, www.bestwesternmotala.se
- **Mallboden vandrarhem** (1 km från simhallen), 0141-210923, www.mallboden.se
Man får ordna egen frukost, kök finns att tillgå.

För mer information om tävlingen: tavling@motalass.se eller [Livetiming](#)