

NUSS ÄLDRE

BORÅS 1-3 FEBRUARI 2013

Anmälda: Henrik B Anton C Angelica D Maja F Oscar F Max G Jakob G
(14 st) Alfred L Linnéa L Anna M Jacob R Olivia S Emil S Rebecka Ö

Tränare: Magnus Leth 076 – 825 92 95

Plats: [Borås Simarena, Alidelundsgatan 12](#) [KARTA >>>](#)

GPS-koordinat: N 57° 44.367', E 12° 56.580'

Avgift tävlande: **600 kr** fredag - söndag. (**400 kr** lördag – söndag).
I priset ingår resa, tävlingsavgifter, boende två
nätter, frukost lördag & söndag, lunch lördag &
söndag samt middag fredag & lördag.
*OBS! Mat på dit- & hemresa samt mellanmål ingår
alltså inte - ta med en slant till detta!*

Avgift medföljande: **806 kr** fredag - söndag.
I priset ingår samma som ovan minus tävlingsavgifter.

Betalning: Avgifterna faktureras i efterhand. Vid betalning – märk denna med fakturans OCR-nr!

Återbud: Meddelas din tränare snarast!

Grenordning: [Se separat grenordning med namn >>>](#)



OBS!

RESANDET

Samling vid Ludvika Sporthall för *avfärd* fredag 1 februari kl 11.00!

Vi åker tillsammans i 2 st minibussar. Resan tar ungefär 4,5 timme så vi planerar att stanna och äta lunch efter vägen. Ta med pengar till detta.

Buss 1

Titti C

Magnus L

Birgitta S

Olivia S*

Angelica D*

Linnéa L

Max G

Oscar F

Alfred L

Buss 2

Tomas R

Torbjörn E

Henrik B

Anton C

Jacob R

Jakob G

Emil S

Anna M

Maja F

Bil 4 – fre kväll

Anders B

Helena B

Bil 5 – ansluter lördag

Maria Ö

Rebecka Ö

* Hämtas i Grängesberg

KOM I TID TILL SAMLINGEN!

Vi åker 11.00 så du bör vara på plats senast 10.50!!!

Vi kommer att bo i Vandrarhemmet på [Borås Camping](#). Härifrån är det 5 minuters promenad till Borås Simarena och 2 minuters promenad till Erikslundskolan där vi kommer att äta all mat. Vandrarhemmet renoverades 2012.



Fördelning i rum enligt nedan:

Rum 02

Anton C
Emil S
Titti C
Bisse

Rum 04

Henrik B
Jakob G
Torbjörn E

Rum 05

Anna M
Maja F
Rebecka Ö

Rum 06

Jacob R
Tomas R

Rum 07

Magnus L

Rum 08

Olivia S
Angelica D
Linnéa L

Rum 10

Oscar F
Max G
Alfred L

Incheckning 16.00 – 19.30. Blir vi senare än 20.00 så måste vi höra av oss till receptionen på tel 033 – 35 20 80.

Deras öppettider är: 10.00 – 14.00 15.00 – 20.00 fredag & lördag
 10.00 – 14.00 15.00 – 19.00 söndag - torsdag

Kom ihåg att du behöver ha med dig egna lakan eller sovsäck. Täcke och kudde finns.

MAT

All mat är beställd via SK Elfsborg och den äter vi på Erikslundskolan som ligger 2 minuters gångväg från Vandrarhemmet. Frukost, lunch som middag. Kom ihåg att ta med dig eget mellanmål & dryck!

Tider för mat:		MENY
Fredag middag	kl 18.30 – 20.30	Tacobuffé
Lördag frukost	kl 06.30 – 07.30	Bröd, smör, kött- & ostpålugg, fil, flingor, gröt, mjölk, juice, kaffe & te
Lördag lunch	kl 11.30 – 13.30	Spagetti & köttfärssås
Lördag middag	kl 18.30 – 20.30	Ugnstekt kycklingfilé med wokade grönsaker och potatisgratäng
Söndag frukost	kl 06.30 – 07.30	Bröd, smör, kött- & ostpålugg, fil, flingor, gröt, mjölk, juice, kaffe & te
Söndag lunch	kl 11.30 – 13.30	Köttgryta med ris
		Till alla måltider serveras grönsaker, bröd, smör och måltidsdryck samt kaffe till ledarna.

OBS! OBS! OBS!

Vi lämnar Ludvika 11.00 på fredag så vi kommer att stanna efter vägen för att äta lunch. Ta med pengar till detta!

OBS! KOM IHÅG ATT VI HAR NÖTALLERGIKER MED PÅ RESAN!

TÄVLINGTIDER

Fredag 1 februari:	Pass 1	Insim kl 16.15 – 17.20	Tävlingsstart kl. 17.30
Lördag 2 februari:	Pass 2	Insim kl 07.15 – 08.15	Tävlingsstart kl. 08.20
	Pass 3	Insim kl 13.30 – 14.45	Tävlingsstart kl. 14.50
Söndag 3 februari:	Pass 4	Insim kl 07.15 – 08.15	Tävlingsstart kl. 08.20
	Pass 5	Insim kl 13.30 – 14.45	Tävlingsstart kl. 14.50

OBS! Insläpp 07.00 på morgonen.

PRISER

NUSS-medaljer: Guld, silver, brons till placeringarna 1-3 (lagmedlemmar i lagkapper).
Vandringspris: Till årets NUSS-klubb, högsta poäng från årets tre tävlingar. Utdelas vid NUSS 50m.
Rekordtröjor: Vid resp prisutdelning erhåller samtliga som slagit NUSS-rekord en T-shirt. Endast en T-shirt / simmare och tävling. Om en simmare slår flera rekord så erhåller simmare presentkort, biobiljett till ett värde av minst 50 kr som skickas till klubben.

PRISUTDELNING sker löpande under tävlingen.

Före start pass 2 (1-6), efter gren 14 (7-12), efter gren 22 (13-20).

Före start pass 3 (21-25), efter gren 33 (26-31), efter gren 41 (32-39).

Före start pass 4 (40-44), efter gren 52 (45-50), efter gren 60 (51-58).

Före start pass 5 (59-62), efter gren 71 (64-69), efter gren 79 (70-79), efter gren 82 (80-82).

HEMRESA

Sker gemensamt i minibuss efter tävlingens slut på söndag. Räkna med sen hemkomst!

TELEFONLISTA MEDFÖLJANDE VUXNA

Magnus Leth 076 – 825 92 95
Titti Campalto 070 – 544 13 15
Torbjörn Englund 070 – 215 14 28

Birgitta Söderholm 070 – 289 93 43
Tomas Rydelius 070 – 608 52 71

KOM IHÅG ATT TA MED...

Allt som behövs för simtävling - simkläder för ombyte, glasögon, badmössa, vattenflaska, handdukar.

GLÖM INTE DINA KLUBBKÄDER!

Ta med egna lakan, toalettsaker och det du behöver för övernattning (ombyte).

FICKPENGAR (pengar till mellanmål och mat på dit- & hemresa) KAN VARA BRA ATT HA MED!

LYCKA TILL & HA KUL!



PM för simmare och ledare NUSS-ÄLDRE i Borås 1-3 februari 2013

Simklubben Elfsborg hälsar simmare, tränare och ledare välkomna till Borås Simarena och NUSS-äldre. Ett stort antal begränsningar har tyvärr fått göras då det inkom över 3700 anmälningar till tävlingen. Vi skall göra allt för att ni skall trivas och få fina förutsättningar att prestera väl, varmt välkomna !

Vi ber er läsa igenom denna information.

Ankomst Vid ankomst ber vi föreningens ledare hämta tävlingshandlingar, matbiljetter, info om logi mm i vår NUSS-byrå i vår klubblokal en trappa upp från entrén.

Ansvar (stölder) Det förekommer som alltid mycket stölder i simhallar och så även i Borås. Vi ber er vara extra vaksamma och informera era simmare om att de inte skall lämna några vädersaker i omklädningsdelen då simhallen ej ansvarar för detta.

Avanmälan **Strykningar till pass 1 skall vara oss tillhanda senast 12.00 fredagen den 1 februari** så vi kan få fram heatlistor i tid.

OBS ! ANGE ID-NUMMER och för övriga pass innan föregående pass slut och de lämnas till NUSS-byrån.

Strykningar som göres senare än ovanstående tider uttages en extra avgift på 300:- vilket betalas mot faktura och även reserver måste strykas.

Avsimning Sker på anvisad yta i den borte delen av 50:an

Cafeteria Fiket kommer att hålla öppet under tävlingarna

Efteranmälan Ingen efteranmälan mottages

Funktionärer: **Simklubben Elfsborg tar tacksamt emot hjälp med funktionärer under tävlingen. För de som ställer upp 2 pass erbjuder vi lunch. Vänligen maila in namn snarast till jan-erik.selin@lenbergs.se**

Heatlistor Till klubbfacken samt anslås i simhallen. Vi kommer även att ha heatlistor till försäljning i fiket för 20:-

Information SK Elfsborgs kansli 033-135900 eller via vår hemsida www.skelfsborg.com där vi löpande lägger ut nödvändig information om tävlingen.

Inmarsch Till prisutdelning enligt tävlingsprogrammet, samling på kortsidan till 50:an vid fiket, gäller även invigningsceremonin

Invigning En kort invigningsceremoni inleder pass 1, alltså fredag eftermiddag och vi ber två deltagare från varje förening iklädd klubbdress samlas för inmarsch klockan 17.15 vid fiket på kortsidan av 50:an

Klubbfack Deltagande föreningar erhåller ett klubbfack i anslutning till klubblokalen och NUSS-byrån där information, heatlistor, resultat mm kommer att utdelas.

Lagkapper Till NUSS-byrån senast 1 timme före tävlingspassets start. **VÄNLIGEN UPPGE ID-NUMMER på laguppställningarna**

Laganmälningar som görs senare än ovanstående tider uttages en extra avgift på 300:- vilket betalas mot faktura.

- Ledarmöte** **En ledare, tränare kallas till ledarmöte fredagen den 1 februari klockan 16.45 anslutning till fiket.**
- Mat/Logi** Information, matbiljetter mm kommer att fås vid ankomst och anmälan i NUSS-byrån för de klubbar som beställt detta.
- NUSS-byrå** Håller öppet under tävlingsdagarna och finns i vår klubblokal en trappa upp från entrén i simhallen. Under fredagen den 1/2 kommer den att vara öppen från 14.00 till 30 minuter efter tävlingarnas slut löpande
- Omklädning** **Medtag hänglås för detta.**
- Parkering:** Kostnadsfritt i direkt anslutning till badet
- Priser / diplom** Medalj till de tre främsta i varje gren, prisutdelning enligt tävlingsprogrammet, vid NUSS-rekord erhålles t-shirt samt vandringspris till bästa klubb under årets tre deltävlingar vilket utdelas på NUSS-50
- Startavgifter** Vi kommer i efterhand att fakturera klubbarnas startavgifter, efteranmälningsavgifter samt försenade strykningar och laganmålningar.
- Startlista** Finns att hämta på vår hemsida www.skelfsborg.com samt ligger på www.livetiming.se
- Resultatservice** Tävlingen kan följas på www.livetiming.se där även resultat finns löpande. Resultatlista uppsättes omedelbart efter varje gren i simhallen samt finns i klubbbacksvagnen/gren. Resultatfiler för Grodan och Servette kommer att kunna hämtas på www.livetiming.se efter tävlingens slut.
- Tränarkaffe** Kaffe kommer att finnas på anvisad plats utanför fiket i simhallen
- Tävlingstider**
- | | |
|--------|---|
| Fredag | Pass 1, insim 16.15-17.20, start 17.30 |
| Lördag | Pass 2, insim 07.15-08.15, start 08.20 Pass 3, insim 13.30-14.45, start 14.50 |
| Söndag | Pass 4, insim 07.15-08.15, start 08.20 Pass 5, insim 13.30-14.45, start 14.50 |

VÄLKOMNA !

Simklubben Elfsborg / Tävlingskommittén