



Simmarsöndagen
med
LÖGASTRANDSIMNINGEN
söndag 11 augusti 2019 kl. 16.00

Deltagare	Tävlingen är öppen för alla.
Klasser	Herr och dam i Tävlingsklass för licensierade simmare samt i Motionsklass.
Att skaffa licens	För att begära licens och få rätten att tävla behöver du vara medlem i en simförening, tillhörande Svenska Simförbundet. Kontakta den förening du vill representera och maila dina kontaktuppgifter (namn, adress, personnummer, e-postadress samt mobilnummer) och uppge att du vill begära tävlingslicens för Öppet vatten. När du är registrerad och har tilldelats en licens av Svenska Simförbundet så får du ditt licensnummer av föreningen som också fakturerar dig för medlemsavgift samt licensavgift.
Anmälan	Till Tävlingsklassen: Sker via mail till info@vasterassim.nu tom 4 augusti. Ange önskat lopp samt klass, namn, kön, födelseår samt ev förening Till Motionsklassen Sker via mail till info@vasterassim.nu tom 9 augusti. Ange önskat lopp samt klass, namn, kön, födelseår samt ev förening Det går att anmäla sig i mån av plats i Tävlingsbyrån under tävlingsdagen tom kl 13.45. OBS endast Motionsklassen.
Startavgift	400:- för anmälan tom 4 augusti (Tävlingsklass) resp 9 augusti (Motion) 500:- för anmälan i Tävlingsbyrån på tävlingsdagen (senast kl 13.45) mot kontant betalning eller Swish. OBS gäller endast Motionsklassen
Distans/Bana	3.000 m Banan går utmed Lögarängens strandpromenad och genomförs i två varv på en 1500 m-bana. Start och målgång vid Lögastrand. Banan är utmärkt med ett antal bojar som ska passeras på vänster sida i simriktningen.
Pris	Alla som genomför loppet erhåller en plakett. Pris till de tre främsta tävlingsklasserna för damer och herrar.
After Race	Alla deltagare bjuds på fika efter genomfört lopp.

FORTSÄTTNING NÄSTA SIDA



Tidsgränser/vattentemp	Simmarens tid i vattnet är begränsad så att den som inte har passerat sista rundningsbojen inom 60 minuter skall avbryta simningen och plockas upp i fölgebåt. Simningen ställs in om vattentemperaturen kl 11:00 tävlingsdagen är lägre än 16 grader. Simningen kan även ställas in vid andra extraordinära omständigheter som arrangören inte råder över. Ställs simningen in betalas startavgift, utom 150 kr tillbaka.
Hälsotillstånd:	Du skall vara fullt frisk och i så god kondition att Du kan fullfölja simningen. Deltagande sker på egen risk.
Säkerhet	Varje simmare får en numrerad mössa som inlämnas vid målgång eller vid avbruten tävling till funktionär. Ett antal båtar och kanoter kommer att följa simmarna under tävlingen. Banan är utmärkt med ett antal bojar som skall passeras på vänster sida i simriktningen.
Utrustning	Det är tillåtet att simma i vådräkt

Välkomna till Lögastrandsimningen 2019