



SOLNA SUN CUP 2025

Datum 25-26 januari, 2025
Plats Solna Simhall (10 x 25m), Sportgatan 5, Solna
Tider Dörrarna till simhallen öppnas 08.15
Pass 1 och 3: Insim 08.30, Tävlingsstart 09.30
Pass 2: Insim 14.00, Tävlingsstart 15.00
Pass 4: Insim 13.30, Tävlingsstart 14.30

**OBS!
NY TID
PÅ PASS 4**

Åldersklasser

Individuellt: **A** 17 år och äldre (födda 2008 och tidigare)
B 15-16 år (födda 2009 – 2010)
C 13-14 år (födda 2011 – 2012)
D 12 år och yngre (födda 2013 och senare)

Lagkapper: **AB** 15 år och äldre (födda 2010 och tidigare)
C 13-14 år (födda 2011 – 2012)
D 12 år och yngre (födda 2013 och senare)

Sun Cup Lag: **ABC mixed** 13 år och äldre (födda 2012 och tidigare)

Distanser	Fjärilsim	Ryggsim	Bröstsims	Frisim	Medley
	25/50/ 100/200	25/50/ 100/200	25/50/ 100/200	25/50/100/ 200/400/800	100/200

Anmälan Via Tempus anmälan, **senast 13 januari**.

Coach swimify Vi rekommenderar att klubbarna registrerar sina tränare i <https://admin.swimify.com/> genom att lägga tränarna i respektive klubbprofil (varje klubb har minst en Swimify administratör, kontakta IC-Control annars). Alla tränare som finns registrerade kommer att få tillgång till Coach Swimify för att hantera eventuella strykningar. Tränare som inte ännu är registrerade kommer att själva behöva begära tillgång till tävlingen genom Coach app.

Kostnad Individuell start: 75 kr, lagkapp: 120 kr. Efteranmälan sker i mån av plats mot dubbla startavgiften. Startavgiften faktureras.

Begränsning Vi förbehåller oss rätten att begränsa antalet starter i tävlingen.

Regelverk **Klass ABC** - Fullt regelverk. **Klass D** – Enligt regelverket för fortsättningstävling
Vi tillämpar hängande start i alla simsätt.

Tidtagning Helautomatisk tidtagning.

Resultat Publiceras på och Swimify.





SVERIGES SNABBASTE!

Är du Sveriges snabbaste på 25 meter Rygg, Bröst, Fjäril eller Fritt?

Vi har helautomatisk tidtagning (dubbla plattor) på respektive simsätt så att vi kan ta reda på vem som är snabbast över en längd! Antar du utmaningen?

Priser	Solna Sun Cup har fyra priskategorier. SUN CUP SPRINT - Pris till bästa simmare i varje åldersklass för den högsta sammanlagda AQUA-poäng på 50 meter fjäril-, rygg-, bröst- och frisim. SUN CUP DISTANS - Pris till bästa simmare i varje åldersklass för den högsta sammanlagda AQUA-poängen på, 400 och 800 meter. SUN CUP LAG - Traditionellt vandringspris för bästa lag på 8x50 meter Fjärilsim mixed (4 killar & 4 tjejer). SUN CUP KLUBB - Poängmässigt bästa klubb. (Priser delas endast ut till klasserna A till C)
Funktionärer	Vi tar gärna emot funktionärshjälp från besökande klubbar. Vill du hjälpa till, ta kontakt med: tavling@ss04.se Tips! Bästa platsen och godaste fikan har du som funktionär.
Transport	Pendeltåg till Solna Station rekommenderas. Det är ca 10 min promenad. Även bussar stannar i simhallens närhet. Det finns parkeringsplatser, men alla kostar.
Mat	Det finns café i entrén. Restauranger finns i simhallens närhet och det är gångavstånd till Mall of Scandinavia med en uppsjö restauranger.
Boende	Då Solna Simhall ligger i närheten av Strawberry Arena och Mall of Scandinavia finns gott om hotell på gångavstånd.
Publik	Beroende på antal simmare, kan vi behöva begränsa publikantalet.
Samarbetspartner	 SWIMSHOP swimshop.se





Program

Pass 1

1	100m	ryggsim	damer	ABC
2	100m	ryggsim	herrar	ABC
3	100m	ryggsim	mixed	D
4	50m	bröstsims	damer	ABC
5	50m	bröstsims	herrar	ABC
6	50m	bröstsims	mixed	D
7	200m	fjärilsim	damer	ABC
8	200m	fjärilsim	herrar	ABC
9	800m	frisim	herrar	ABC
10	50m	frisim	damer	ABC
11	50m	frisim	herrar	ABC
12	50m	frisim	mixed	D
13	200m	bröstsims	damer	ABC
14	200m	bröstsims	herrar	ABC
<i>5 min Paus</i>				
15	4x50m	Medley	damer	C
16	4x50m	Medley	herrar	C
17	4x50m	Medley	mixed	D

Pass 2

18	100m	frisim	damer	ABC
19	100m	frisim	herrar	ABC
20	100m	frisim	mixed	D
21	200m	medley	damer	ABC
22	200m	medley	herrar	ABC
23	50m	fjärilsim	damer	ABC
24	50m	fjärilsim	herrar	ABC
25	50m	fjärilsim	mixed	D
26	200m	frisim	damer	ABC
27	200m	frisim	herrar	ABC
<i>5 min Paus</i>				
28	8x50m	fjäril	Mixed	ABC

Pass 3

29	25m	bröstsims	damer	ABC
30	25m	bröstsims	herrar	ABC
31	25m	bröstsims	mixed	D
32	200m	ryggsim	damer	ABC
33	200m	ryggsim	herrar	ABC
34	100m	bröstsims	damer	ABC
35	100m	bröstsims	herrar	ABC
36	100m	bröstsims	mixed	D
37	800m	frisim	damer	ABC
38	50m	ryggsim	damer	ABC
39	50m	ryggsim	herrar	ABC
40	50m	ryggsim	mixed	D
41	25m	fjärilsim	damer	ABC
42	25m	fjärilsim	herrar	ABC
43	25m	fjärilsim	mixed	D
<i>5 min Paus</i>				
44	4x50m	Medley	damer	AB
45	4x50m	Medley	herrar	AB

Pass 4

46	25m	ryggsim	damer	ABC
47	25m	ryggsim	herrar	ABC
48	25m	ryggsim	mixed	D
49	400m	frisim	damer	ABC
50	400m	frisim	herrar	ABC
51	100m	fjärilsim	damer	ABC
52	100m	fjärilsim	herrar	ABC
53	100m	fjärilsim	mixed	D
54	100m	medley	damer	ABC
55	100m	medley	herrar	ABC
56	100m	medley	mixed	D
57	25m	frisim	damer	ABC
58	25m	frisim	herrar	ABC
59	25m	frisim	mixed	D

Frågor

Tas emot via e-post på: tavling@ss04.se .

VÄLKOMNA!

