

RIDDARFJÄRDSSIMNINGEN 2018-08-18

ARRANGERAS I SAMARBETE MED:



Tack till:



INFORMATIONSPM

Snart är det dags! Här nedan hittar du information för Riddarfjärdssimningen 2018.

Generell information:

Våtdräkt är tillåtet och rekommenderas, både för säkerhet och snabbhet. Badmössa fås vid registreringen. Inte tillåtet med något på händer eller fötter, ex paddlar eller fenor.

Det kommer vara cirka 21-22 grader i vattnet.

Vi har 2 lopp - 3200m och 1609 m. Start 09:30 resp. 10:45. Registrering öppnar 1,5h före start.

Startplats 3200m: Rålbshovsparken – 1609m: Stadshuset

Se mer info om respektive lopp nedan.

Eventuellt kan de snabbaste simmarna på 1609m passera de simmare som använder mest tid på 3200m. Är det någon som vill byta distans, så skicka gärna mail till oss: info@swimshop.se

Båda loppen har eltidtagning.

Säkerhet:

Säkerheten har högsta prioritet! Vår samarbetspartner Sjöassistans har båt och fensimmare på plats. Fler båtar och kajaker kommer finnas på plats, samt folk utplacerade längs simloppet. Kom ihåg att du deltar på egen risk. Skulle du känna yrsel eller obehag, tveka inte att stanna och tillkalla närmaste båt/kajak genom att hålla upp armen.

Ifall du skulle bryta är det viktigt att detta informeras till någon funktionär, så att du prickas av!

Registrering:

Du registrerar dig vid respektive startplats. Där får du badmössa, eltidtagningschip och nummerlapp till din väska som du kan lämna innan starten och hämta vid målgångsområdet. Vi skriver startnummer på handen och skriver även upp i vilken ordning ni går i mål. Transport från Stadshuset för din väska till målgången i Rålbshovsparken finns. Där hämtar ni ut er väska med startnumret.

3200 m:

Start och målgång är i Rålbshovsparken. Starttid för 3200 m är **09.30**, registrering öppnar **08.00**.

Starten sker från vattnet. Nedräkning från tio minuter sker av speakern och då är det fritt att hoppa i vattnet och positionera sig eller värma upp i vattnet. Bansträckning ser du längre ner i dokumentet. 3 bojar ska du simma förbi, du ska ha bojen på din högra sida.

Eltidtagningen registreras när du slår handen på utplacerad målram. Målram är framför trappan.



1609 m:

Starten är vid Stadshuset och målgång är i Rålbshovsparken. Starttid för 1609 m är **10.45**. Eventuellt kan

starten bli 5-10 minuter förskjuten beroende på simmarna på 3200 m. Speaker går ut med info. Registreringen öppnar **09.10** vid Stadshusparken. Starten sker från vattnet.

Nedräkning från tio minuter kommer ske av speakern och då är det fritt att hoppa i vattnet och positionera sig eller värma upp i vattnet. Bansträckning ser du längre ner i dokumentet.

Eltidtagningen registreras när du slår handen på utplacerad målramp. Målramp är framför trappan.



Simloppen bansträckning: Se karta längre ner..

3200 m – start Rålambshovsparken och simmar mot Stadshuset. Sedan rundar 2 bojar vid Stadshuset och en tredje på väg tillbaka till Rålambshovsparken. **Vi simmar medurs!**

1609 m – start Stadshuset och simmar raka (valfri) vägen mot Rålambshovsparken, där målgång sker.

Mini-Riddarfjärdssimningen/Öppet Vatten-provet:

Vid start/målområdet finns möjlighet att ta Öppet Vatten-provet.

Distansen är 200 m. Ingen föranmälan behövs och det är öppet för alla och det kostar ingenting att vara med. Alla simmare erhåller Öppet Vatten Provet-märke.

Öppet 10.30-12.30.

Prisutdelning c:a 12:00

Alla simmare får Riddarfjärdssimningens plakett vid målgången. Där finns även dryck, frukt och fika. Prisutdelning i dam- och herrklass sker när samtliga simmare gått i mål, runt 12.00-12.15.

Vi har även prisutdelning för Stockholms Öppet Vatten Distriktsmästerskap som loppet på 3200m innebär.

Avslutningsvis kommer vi lotta ut priser samt presentkort på Swimshop. Vi lottar på startnummer och du måste vara kvar för att få priset!

Praktisk info:

Toaletter finns vid startområdet vid Stadshuset: ca 30 m från grinden till parken längs med Norr Mälarstrand, samt inne på området i Stadshusparken. Vid Rålambshovsparken finns toaletter vid start/målområdet. Dusch finns i anslutning till målområdet i Rålambshovsparken.

Vi har fotografer på plats och ska försöka få med alla på bild. Dessa kommer att publiceras på www.riddarfjardssimningen.se samt Facebook.

I år kommer Svenska Simförbundet vara på plats och ta foton och filma för att använda som utbildningsmaterial för sitt arbete inom Hälsa & motion. *Se mer info längst ner i detta PM.*

Försäljning av simutrustning:

Det kommer vara en del produkter till försäljning vid målområdet Rålambshovsparken. Swish eller kontanter vid betalning.

Bansträckning/Bojar: nästa sida

Bojar för loppet på 3200m. (1,6m i höjd)



Parkering – finns längs med Norr Mälarstrand. Observera gällande parkeringsskylt.

Närmsta tunnelbana – för de som simmar 3200 är det Thorildsplan eller Fridhemsplan och för de som startar vid Stadshuset är det T-centralen eller Rådhuset.

Vi ses på lördag och lycka till!

Är det något ni undrar över, tveka inte att höra av er till oss på **08-6447310** eller info@swimshop.se

Nedan är information från Svenska Simförbundet angående film och foto på tävlingsdagen.

Information kring filminspelning

Svenska Simförbundet kommer att spela in Riddarfjärdsimningen den 18 augusti 2018.

Syfte:

Att ta fram utbildningsmaterial för Simförbundets ledarutbildningar där barn, unga, vuxna och ledare medverkar. Fotografier och filmer kommer i huvudsak att användas i böcker och på webbplatser som kräver inloggning, men kan också komma att visas i marknads- och informations sammanhang. Filmmaterialet skall spegla simning i öppet vatten samt visa Simförbundets område Hälsa och Motion, genom hur ett tävlings-/motionslopp arrangeras.

Produktionen av utbildningsmaterialet görs i samarbete mellan SISU Idrottsböcker och Svenska Simförbundet och består av böcker och webbplatser för ledarutbildningar inom simidrotterna.

Den första webbplatsen hör till kursen *Simidrottsledare grund* och beräknas vara klar i december 2018. Filmer och fotografier som används i Simidrottsledare grund kan sedan komma att återanvändas i andra av Svenska Simförbundets utbildningsmaterial.

Innehåll: Filmer och fotografier med fokus på barn, unga samt vuxna som deltar i simidrottsverksamhet.

Målgrupp: Simidrottsledare

Om du som deltagare av Riddarfjärdssimningen inte vill medverka i produktionen kontakta projektledaren via mejl, mattias.tuneskog@svensksimidrott.se.

Meddela ditt startnummer så säkerställer vi att du inte finns med i produktionen.