



TILLSAMMANS MED
BJUDER IN TILL



Östsvenska Mästerskapen (25m)

Datum: 25-26 oktober 2025.

Plats: Actic Växjö Simhall, (25m x 7 banor).
Kampastigen 2, Växjö.

Grenordning: Se sista sidan.

Åldersklasser: Senior: 13 år och äldre.
Junior: 13-19 år.
Ungdom: 13-16 år.
Masters: 25 år och äldre

Kval & Begränsningar: Simmare som är kvalad på en distans i ett simsätt äger rätt att ställa upp i övriga distanser i samma simsätt.
Tävlingsgrenarna 400/800/1500m frisim kan dock begränsas för icke kvalade deltagare.

Priser: RF:s DM/JDM tecken delas ut till de tre främsta i respektive åldersklass på samtliga tävlingsgrenar.

I masters- och paragrenar delas Östsvenska Simförbundets medalj ut till placering 1-3.

Tävlingstider:

	INSIM	TÄVLINGSSTART
PASS 1	08.30	10.00
PASS 2	14.30	16.00
PASS 3	07.30	09.00
PASS 4	13.30	15.00

Tävlingstiderna kan komma att tidigare- eller senareläggas beroende på deltagarantal. Exakta tider presenteras i PM.

Anmälan: Anmälan görs via tempusanmälan: www.tempusanmalan.se

Sista anmälningssdag är tisdagen den 14 oktober 2025.

Anmälningssavgift:	65 kronor per individuell start och 75 kronor per lagstart.
Efteranmälan:	Kan göras i mån av plats mot dubbel anmälningssavgift senast torsdagen den 23 oktober klockan 12.00.
Avanmälningar:	Alla avanmälningar ska göras i Swimify Coach senast en timme före första tävlingspassets start. Därefter senast trettio minuter efter avslutat pass. Sena avanmälningar eller tom bana debiteras med dubbel anmälningssavgift.
Laguppställningar:	Alla laguppställningar ska göras i Swimify Coach och lämnas in senast en timme före första tävlingspassets start. Därefter senast trettio minuter efter avslutat pass.
Startlista och PM:	Kommer att finnas tillgängliga på www.swimify.com onsdagen den 15 oktober 2025.
Resultat:	Kommer att finnas på www.swimify.com .
Ansvarig ledare:	Vi önskar få in kontaktuppgifter i form av mailadress till ansvariga ledare som är kopplat till Swimify. Vänligen mejla dessa till tavling@vaxjosimsallskap.com .
Ledarmöte:	Kommer att hållas lördagen den 25 oktober klockan 09.15. En representant från varje klubb ska närvara.
Funktionär:	Vi behöver lite funktionärshjälp. Vill/kan man hjälpa till, maila tavling@vaxjosimsallskap.com . Står man två pass samma dag bjuder vi på lunch.
Frågor:	Hänvisas till tavling@vaxjosimsallskap.com



MAT OCH LOGI

BOKNING av mat och logi görs senast tisdag 14 oktober. Det finns ingen möjlighet att lägga till vare sig mat- eller logibokningar efter detta datum. Från och med den 14 oktober är bokningen bindande.

Bokningen för både mat och logi mejlas till tavling@vaxjosimsallskap.com. Vid bokning av mat ber vi er uppge eventuella allergier eller specialkost.

MAT

Vi erbjuder lunchservering på restaurang 4 Krogar vid sjön, både lördag och söndag. Kostnaden per lunch är 115kr. Middag på lördag serveras även på 4Krogar. Kostnaden för middag är 125kr.

Vid bokning av mat behöver ni ange önskat antal luncher och middagar på lördagen respektive söndagen.

OBS: Glöm inte att specificera eventuella specialkoster.

LOGI

Vi erbjuder boende med hårdförläggning på skola, antingen från fredag-söndag eller från lördag-söndag. Kostnaden per natt är 250 kronor/person inklusive frukost som serveras utanför Restaurang Badhuset i simhallen.

FRÅGOR: Hänvisas till tavling@vaxjosimsallskap.com

GRENORDNING

PASS 1 LÖRDAG FM		
1	4x50m medley	Herrar
2	200m frisim	Damer
3	400m medley	Herrar
4	100m medley	Damer
5	100m frisim	Herrar
6	100m ryggsim	Damer
7	100m bröstsim	Herrar
8	50m bröstsim	Damer
9	50m ryggsim	Herrar
10	200m fjärilsim	Damer
11	4x50m frisim	Herrar
12	4x200m frisim	Damer
13	1500m frisim	Herrar

PASS 2 LÖRDAG EM		
14	4x50m medley	Damer
15	200m frisim	Herrar
16	400m medley	Damer
17	100m medley	Herrar
18	100m frisim	Damer
19	100m ryggsim	Herrar
20	100m bröstsim	Damer
21	50m bröstsim	Herrar
22	50m ryggsim	Damer
23	200m fjärilsim	Herrar
24	4x100m frisim	Damer
25	4x100m frisim	Herrar
26	1500m frisim	Damer

PASS 3 SÖNDAG FM		
27	800m frisim	Damer
28	400m frisim	Herrar
29	200m ryggsim	Damer
30	200m bröstsim	Herrar
31	50m fjärilsim	Damer
32	100m fjärilsim	Herrar
33	200m medley	Damer
34	50m frisim	Herrar
35	4x50m frisim	Damer
36	4x200m frisim	Herrar

PASS 4 SÖNDAG EM		
37	800m frisim	Herrar
38	400m frisim	Damer
39	200m ryggsim	Herrar
40	200m bröstsim	Damer
41	50m fjärilsim	Herrar
42	100m fjärilsim	Damer
43	200m medley	Herrar
44	50m frisim	Damer
45	4x100m medley	Herrar
46	4x100m medley	Damer

Individuella tävlingsgrenar:

ÖM, ÖJM, ÖUM, Masters (gren 101, 102, 103 etc), Para (gren 201, 202, 203 osv).

Lagkappsgrenar: ÖM(seniorer)

Kvaltider och kvalperioder DM/JDM (OBS inga kvaltider till Masters/Para)

ÖM/JÖM	Damer			Mixed	Mixed	Herrar		
	25m	50m	25y			25m	50m	25y
50m fr	00:29.56	00:30.54	00:26.62			00:27.02	00:28.16	00:24.65
100m fr	01:04.20	01:06.20	00:57.83			00:59.15	01:01.68	00:53.28
200m fr	02:20.37	02:25.44	02:06.46			02:12.22	02:16.35	01:59.12
400m fr	05:01.08	05:11.05	05:44.08			04:43.60	04:56.34	05:24.11
800m fr	10:25.47	10:43.89	11:54.82			09:46.08	10:09.42	11:09.81
1500m fr	20:15.50	20:55.43	20:08.24			18:50.23	19:40.11	18:43.49
50m br	00:37.07	00:38.38	00:33.39			00:33.91	00:35.44	00:30.54
100m br	01:20.74	01:22.58	01:11.74			01:14.18	01:18.19	01:06.83
200m br	02:57.35	03:05.04	02:39.78			02:44.44	02:53.89	02:28.13
50m ry	00:33.42	00:35.30	00:30.10			00:30.90	00:33.05	00:27.83
100m ry	01:12.07	01:16.04	01:04.91			01:06.75	01:11.13	01:00.13
200m ry	02:38.04	02:47.32	02:22.46			02:27.07	02:36.14	02:12.49
50m fj	00:31.72	00:32.37	00:28.54			00:29.43	00:30.24	00:26.51
100m fj	01:11.05	01:12.92	01:04.01			01:05.72	01:08.01	00:59.20
200m fj	02:43.88	02:51.73	02:27.64			02:32.53	02:40.18	02:17.41
100m me	01:13.79	-	01:06.45			01:07.88	-	01:01.91
200m me	02:39.98	02:45.64	02:24.12			02:28.71	02:35.85	02:13.98
400 m me	05:46.36	06:03.17	05:12.03			05:22.61	05:39.33	04:50.62
4x50m fr	01:58.71	02:02.19	-			01:46.32	01:50.46	-
4x100m fr	04:20.13	04:27.51	-	04:03.43	04:10.88	03:55.01	04:04.41	-
4x200m fr	09:38.86	09:47.77	-			08:53.23	09:05.87	-
4x50m me	02:10.24	02:14.37	-			01:55.88	01:59.93	-
4x100m me	04:48.21	04:58.54	-	04:25.60	04:35.00	04:20.03	04:29.30	-

ÖM/JÖM kval tider 2025-2027

1,1 Damer 10% U21 A kval
1,125 Herrar 12.5% av U21 A kval
1,1 Mixed 10% av U21 A kval

ÖM/JÖM kval tider 2025-2027

1,1 Damer 10% U21 A kval
1,125 Herrar 12.5% av U21 A kval
1,1 Mixed 10% av U21 A kval

UÖM	Damer			Mixed	Mixed	Herrar		
	25m	50m	25y			25m	50m	25y
50m fr	00:32.51	00:33.59	00:29.28			00:29.73	00:30.98	00:27.11
100m fr	01:10.62	01:12.82	01:03.61			01:05.07	01:07.85	00:58.61
200m fr	02:34.41	02:39.99	02:19.10			02:25.44	02:29.99	02:11.03
400m fr	05:31.19	05:42.15	06:18.49			05:11.96	05:25.97	05:56.52
800m fr	11:28.02	11:48.27	13:06.31			10:44.69	11:10.37	12:16.80
1500m fr	22:17.05	23:00.97	22:09.06			20:43.25	21:38.13	20:35.84
50m br	00:40.78	00:42.22	00:36.72			00:37.30	00:38.98	00:33.60
100m br	01:28.81	01:30.84	01:18.92			01:21.60	01:26.01	01:13.51
200m br	03:15.09	03:23.55	02:55.75			03:00.89	03:11.28	02:42.94
50m ry	00:36.76	00:38.83	00:33.11			00:33.99	00:36.36	00:30.62
100m ry	01:19.28	01:23.65	01:11.40			01:13.42	01:18.25	01:06.14
200m ry	02:53.84	03:04.05	02:36.71			02:41.78	02:51.75	02:25.74
50m fj	00:34.90	00:35.61	00:31.44			00:32.37	00:33.26	00:29.16
100m fj	01:18.15	01:20.21	01:10.41			01:12.30	01:14.81	01:05.12
200m fj	03:00.27	03:08.91	02:42.41			02:47.78	02:56.20	02:31.15
100m me	01:21.17	-	01:13.10			01:14.67	-	01:08.10
200m me	02:55.98	03:02.20	02:38.53			02:43.59	02:51.43	02:27.37
400 m me	06:20.99	06:39.48	05:43.23			05:54.87	06:13.27	05:19.68

1,1 10% av ÖM kvaltider

Kvalperiod	2024-01-01 – 2025-10-13
------------	-------------------------