



# KSS

## Inbjuder till

# UTMANAREN

**Datum:** Söndagen den 30 mars  
**Plats:** Åkeshovsbadet  
**Insim:** Klockan 08.00  
**Tävlingsstart:** Klockan 08.45  
**Anmälan:** Görs till din tränare som skickar in anmälningarna  
Senast den 27 mars till [roland.prejner@nordea.com](mailto:roland.prejner@nordea.com)

| Grenordning         | Brons | Silver | Guld |
|---------------------|-------|--------|------|
| 01. 25 m Ryggsim    | 32.0  | 29.0   | 26.0 |
| 02. 50 m Ryggsim    | 56.0  | 53.0   | 50.0 |
| 03. 100 m Ryggsim   | 1.50  | 1.40   | 1.35 |
| 04. 25 m Bröstsims  | 32.0  | 29.0   | 26.0 |
| 05. 50 m Bröstsims  | 58.0  | 55.0   | 52.0 |
| 06. 100 m Bröstsims | 1.55  | 1.45   | 1.40 |
| 07. 25 m Fjärilsim  | 30.0  | 27.0   | 24.0 |
| 08. 50 m Fjärilsim  | 1.00  | 55.0   | 50.0 |
| 09. 25 m Frisim     | 30.0  | 27.0   | 24.0 |
| 10. 50 m Frisim     | 50.0  | 47.0   | 44.0 |
| 11. 100 m Frisim    | 1.40  | 1.30   | 1.25 |
| 12. 100 m Medley    | 1.50  | 1.40   | 1.35 |