

PM  
Riksmästerskapen i konstsimm  
24–26 november 2023 i Stockholm

<b>Tävlingsplats</b>	Järfällabadet, Mjölnavägen 1B, 177 41 Järfälla	
<b>Tävlingsledare</b>	Mats Stellwall	
<b>Ass. Tävlingsledare</b>	Ingela Ternström	
<b>Chief Recorder</b>	Thomas Röhss	
<b>Deltagande klubbar</b>	Atlas Simidrottsförening Göteborg Sim Järfälla Simsällskap Jönköping Simsällskap	SK Neptun SK Täby Synchro Växjö Simsällskap Örebro Simallians
<b>Omfattning</b>	<i>C-klass:</i> 100% figurer (4 st figurer) <i>B-klass:</i> 100% figurer (4 st figurer) <i>Junior, Senior, Masters:</i> 100% Tekniska musikprogram (lag/par/mixat par/solo)	
	<b><u>Tävlingscupen isbjörnen (B-klass, Junior, Senior, Masters):</u></b> De tre bästa poängresultat från respektive förening från alla deltävlingar i RM.	
<b>Genomförande</b>	Enligt Svenska Simförbundets tävlingsbestämmelser samt enligt gällande WAQ regelverk (2022–2025) för C-klass samt Tekniska program för Junior och Senior respektive enligt gällande WAQ regelverk (2017–2021) för Tekniska program för Masters.  I B-klass genomförs RM enligt WAQ regelverk (2022–2025) med undantaget att samtliga tävlanden simmar fyra figurer (samma figurer).	
<b>Resultat/startlistor</b>	Anslås på Svensk Simidrotts hemsida samt via Google Drive: <a href="https://drive.google.com/drive/folders/1-1N3CeZ8cP4ZJK-Byo8 DrsREu1s3HOJQ">https://drive.google.com/drive/folders/1-1N3CeZ8cP4ZJK-Byo8 DrsREu1s3HOJQ</a>	
<b>Prisutdelning</b>	Prisutdelning sker i slutet av lördagen (B-figurer, tekniska program) och söndagen (tekniska program). En medalj för gott deltagande kommer delas ut till tävlanden i C-klass i samband med invigningen.	
<b>Publik</b>	Det kommer finnas möjlighet för publik att sitta på balkongen. Denna nås genom att ta trapporna upp till vänster ifrån receptionen.	

<b>Omklädningsrum</b>	<p>Använd hänglås till omklädningsrummen. Inpassering kommer troligtvis ske via engångsbiljetter från Medley. Mer info fås på plats.</p> <p><u>Damomklädningsrum</u>: Första skåpsgången in till höger kommer användas för tävlande på RM. Markeringar kommer finnas i omklädningsrummet.</p>
<b>Insim</b>	<p>Insim till musik sker på fredagen enligt bifogat schema. På schemats pauser och under lunch går det bra att simma in i tävlingsbassängen.</p> <p>Under pågående musiktävling sker insim på bana 5 (djupa bassängen). Observera att endast simning tillåts för uppvärmning, detta måste ske på ett sätt som inte stör övriga tävlande eller domare. Ohörsamhet (t.ex. aktiv eller tränare som inte följer instruktioner i inbjudan och PM eller uppmaningar på plats) kommer inte att tolereras och kan leda till åtgärder. Vid upprepad ohörsamhet kan aktiv eller tränare komma att stängas av från tävlingen.</p>
<b>Ingång och utgång</b>	<p>Start för musikprogram sker från bryggan. Man får endast gå ur bassängen vid bryggan. Pyramider, plattformar eller andra akrobatiska rörelser tillåts inte. <i>Observera att detta är ett undantag från WAQ regelverk 2022–2025 som motiveras av ökad skaderisk pga. bryggans bredd.</i></p>
<b>Gelatin</b>	<p>Gelatin hanteras på utsatta platser. Lagledare/tränare ansvarar för att området föreningen vistats på ser ut som när truppen anlände. Duscha gärna ut gelatin hemma. Ingen urtvättning av gelatin i bassäng, använd soppåsar för överblivet gelatin. <u>Säkerställ att gelatinrester, hårnålar och hårnät städas undan.</u></p>
<b>Parkering</b>	<p>Gratis parkering finns utanför badet. Kom ihåg att ställa P-skiva (4 timmar).</p>
<b>Möten</b>	<p>Möten för lagledare och domare hålls i Medleys konferensrum (passera genom gymentrén utanför balkongen på våning 2). Se bifogat program för tider.</p>
<b>BM-möte</b>	<p>Efter varje disciplin för Juniorer och Seniorer kommer det finnas möjlighet att fråga DTC om eventuella basemarks (BM) som noterades i sin förenings musikprogram. DTC kommer att förklara vad som gav BM men inte diskutera beslutet. Vänligen respektera att det kan förekomma tidsbrist där DTC kan behöva prioritera att förbereda sig inför nästa gren. En eventuell överklagan ska vara skriftlig, daterad, specificera vad överklagan gäller samt underskriven av tränare och lagledare. Överklagan lämnas till tävlingsledaren inom 15 minuter efter avslutat BM-möte.</p>
<b>Mingel</b>	<p>På lördag kväll kommer Svenska Simförbundet ordna tillfälle för mingel, gemensam tillbakablick på det gångna året och tankar framåt från KU. Vi hoppas att samtliga deltagande föreningar kan vara med!</p>

## VÄLKOMNA!

## Program

*Observera att schemat fortfarande är preliminärt. Under tävlingen kan start- och sluttider justeras utifrån hur långt tid respektive gren tar. Förändrade tider kommer meddelas av speaker. Det är viktigt att lagledare är uppmärksamma på dessa utrop.*

### Fredag 24 november

18:00-18:30 Insim utan musik  
18:30-21:00 Insim med musik *Enligt bifogat insimsschema.*

### Lördag 25 november

08:00-10:00 Insim  
08:00-09:30 Officials- och lagledarmöte (konferensrum, gymmet)  
10:00-11:00 **B-figurer** (4 paneler)  
11:00-11:10 Paus  
11:10-12:00 **C-figurer** (4 paneler)  
12:00-12:45 Lunch  
  
**12:45-13:15** **Invigning**  
**Prisutdelning C-klass (alla deltagare), B-figurer och USM 2023**  
  
13:15 **Tekniskt Lag – Junior\***  
14:15-14:45 Paus  
14:45 **Tekniskt Solo – Senior\***  
**Tekniskt Solo – Junior\***  
16:30 Paus  
17:00 **Tekniskt Solo – Masters**  
**Tekniskt Lag – Masters**  
  
17:30 **Prisutdelning Tekniskt Lag och Tekniskt Solo**  
18:00 **Mingel (Järfällabadets reception)**

### Söndag 26 november

08:00-10:00 Insim  
08:45-09:45 Officials- och lagledarmöte (konferensrum, gymmet)  
10:00 **Tekniskt Par – Junior\***  
**Tekniskt Par – Senior\***  
**Tekniskt Mixat Par – Senior\***  
**Tekniskt Par – Masters**  
11:30 **Prisutdelning Tekniskt Par och utdelning av Isbjörnen**

*\* Efter samtliga program i Junior och Senior simmat, när Masters startar, kan 1 tränare/program få feedback från DTC gällande eventuella BM. Plats meddelas på lagledarmöte. Möjlighet att se BM-sekvensen ges om föreningen fyller i och lämnar in blankett för videogranskning.*

## Insim med musik 24 november

### Information:

- Minst 30 minuter innan föreningens avsedda insimstid ska ifylld musikordning lämnas in fysiskt till musikmästare.
- Blanketter finns utskrivna på plats samt bifogas om man önskar fylla i detta i förväg.
- Det går bra att dela musiktid med andra föreningar, detta ska vara tydligt märkt i musik-blanketter.
- Önskar er förening inte nyttja er insimstid till musik vänligen meddela [musik.jskonstsim@gmail.com](mailto:musik.jskonstsim@gmail.com).

<u>Insim till musik</u>	<u>Förening</u>
18:30-18:50	Järfälla Simsällskap
19:50-19:00	SK Täby Synchron
19:00-19:30	SK Neptun
19:30-20:00	Örebro Simallians
20:05-20:20	Jönköping Simsällskap
20:20-20:40	Göteborg Sim
20:40-21:00	Atlas Simidrottsförening



# Tävlingsbassängen

Dimensioner 25 m x 12.5 m (1.8 m – 3.80 djup)



Under pågående musiktävling får du enbart vistas på de zoner du tillhör:

- **Zon A:** Tävlingsledare, domare, TC, tävlingssekretariat, funktionärer.
- **Zon B:** Tävlande, tränare, lagledare.

