



# JÄRFÄLLA NATIONELLA 2024

Järfälla Simsällskap har det stora nöjet att bjuda in till Järfälla Nationella 2024. Tävligen genomförs över fem tävlingspass och erbjuder ett brett tävlingsprogram med samtliga mästerskapsdistanser vilket ger åldersklasserna 18 år och äldre, 16-17 år samt 13-15 år tillfälle att tävla över alla distanser samt lagkapslag.

**Nytt för i år! Vi erbjuder även 4x200m medley!**

<b>Datum</b>	16-18 februari 2024
<b>Plats</b>	Järfällabadet – 50m, 10 banor
<b>Adress</b>	Mjölnavägen 1B, 177 41 Järfälla
<b>Tider</b>	Fredag                      Pass 1 Insim: 17.30 – 18.15, Start: 18.30 Lördag                        Pass 2 Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00 Pass 3 Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00 Söndag                        Pass 4 Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00 Pass 5 Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00
<b>Anmälan</b>	Sista anmälningsdag är måndagen den 5 februari kl. 23.59. Tävlingen finns tillgänglig för anmälan i Tempus Anmälan från och med 21 december 2023 <a href="http://www.tempusanmalan.se">http://www.tempusanmalan.se</a>  Se instruktioner här: <a href="https://www.tempusstatistik.se/public/assets/files/handbok_admin.pdf">https://www.tempusstatistik.se/public/assets/files/handbok_admin.pdf</a>
<b>Seedning</b>	Anmälningstider gjorda i 50m-bassäng seedas före tider gjorda i 25m-bassäng enligt SSF:s regler. På 800/1500 frisim görs en omräkning av tider gjorda i 25m-bassäng.
<b>Startavgift</b>	Individuell start 90 kr, Lagkapsstart 110 kr.
<b>Efteranmälan</b>	Efteranmälan är öppen till 12 februari. Kostnad: 150 kr/start.
<b>Begränsningar</b>	Järfälla Simsällskap förbehåller sig rätten att begränsa antalet starter för att tävlingspassen inte ska överskrida 3,5 timmar. Fördelning mellan åldersklasserna sker efter ett procentuellt mönster.
<b>Strykningar</b>	Strykningar och laguppställningar lämnas till tävlingssekretariatet senast 1 timme före respektive tävlingspass. LiveTimings app kommer erbjudas.

<b>Åldersklasser</b>	Damer/Herrar 18 år och äldre (f. 2006-) Flickor/Pojkar 16-17 år (f. 2007-2008) Flickor/Pojkar 13-15 år (f. 2009-2011)												
	Grenarna simmas gemensamt och delas upp i åldersklasser i resultatlistan. Obs! Lagkapperna är inte åldersklassindelade. Lagkapperna simmas i öppen klass.												
<b>Bassängrekord</b>	Slår man bassängrekord i en individuell gren vinner man ett presentkort på 500 kr. Om flera simmare är under gällande bassängrekord är det endast den snabbaste simmaren i grenen som erhåller presentkortet! Se bassängrekord i grenordningen.												
<b>Priser</b>	Placering 1-3 i varje gren och åldersklass erhåller pris. Segrande lag i respektive lagkappsgren erhåller JS-mjukisfår.												
<b>Prisutdelningar</b>	Tävlingen genomförs utan prisutdelningar. Pris hämtas bredvid tävlingssekretariatet under pågående tävling.												
<b>Tävlingsgrenar</b>	<table> <tr> <td>Fjärilsim</td> <td>50m, 100m, 200m</td> </tr> <tr> <td>Ryggsim</td> <td>50m, 100m, 200m</td> </tr> <tr> <td>Bröstsims</td> <td>50m, 100m, 200m</td> </tr> <tr> <td>Frisim</td> <td>50m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m</td> </tr> <tr> <td>Medley</td> <td>200m, 400m</td> </tr> <tr> <td>Lagkapper</td> <td>4x100m Frisim, 4x200m Frisim, 4x100m Medley, 4x200m Medley</td> </tr> </table>	Fjärilsim	50m, 100m, 200m	Ryggsim	50m, 100m, 200m	Bröstsims	50m, 100m, 200m	Frisim	50m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m	Medley	200m, 400m	Lagkapper	4x100m Frisim, 4x200m Frisim, 4x100m Medley, 4x200m Medley
Fjärilsim	50m, 100m, 200m												
Ryggsim	50m, 100m, 200m												
Bröstsims	50m, 100m, 200m												
Frisim	50m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m												
Medley	200m, 400m												
Lagkapper	4x100m Frisim, 4x200m Frisim, 4x100m Medley, 4x200m Medley												
<b>Avsim</b>	Avsim sker i multibassäng 1 & 2.												
<b>Tekniskt</b>	Hängande start, även på ryggsim. Helautomatisk eltidtagning och LiveTiming. Strykningar via LiveTiming Appen.												
<b>Omklädning</b>	Ta med eget hänglås till skåpen.												
<b>Startlista</b>	Startlistan läggs ut på LiveTiming och Järfälla Simsällskaps hemsida, <a href="http://www.jarfallasim.org">www.jarfallasim.org</a> , senast torsdagen den 8 februari 2024.												
<b>Parkering</b>	Fri parkering utanför simhallen, 4 timmars P-skiva. Om simhallens parkering är full finns fler parkeringsplatser utanför gamla simhallen (Mjölnavägen 3).												
<b>Logi</b>	<p><b>Welcome Hotel Barkarby</b> Welcome Hotel i Barkarby erbjuder boende till förmånliga priser. Welcome Hotel ligger en pendeltågsstation från Jakobsbergs Centrum. Från Jakobsbergs C är det ca. 5 minuters gång till Järfällabadet. <a href="https://www.welcomehotel.se/">https://www.welcomehotel.se/</a></p> <p><b>Hoom Home &amp; Hotel</b> Hoom Home &amp; Hotel i Veddesta erbjuder boende till förmånliga priser. Lägenhetshotellet ligger ca. 20 min gång från Järfällabadet. Bussförbindelser till och från Järfällabadet finns. Lägenheterna är utrustade med komplett kök. Hotellet erbjuder enklare frukost. <a href="https://www.hoomhotel.com/">https://www.hoomhotel.com/</a></p>												
<b>Upplysningar</b>	Kontakta Daniel Wramfors på mobil: 076-165 67 69 eller e-post: <a href="mailto:daniel.wramfors@jarfallasim.org">daniel.wramfors@jarfallasim.org</a>												

**Välkomna!**  
**önskar Järfälla Simsällskap**

## Grenordning

### Pass 1 – Fredag Eftermiddag

Insim: 17.30 – 18.15, Start: 18.30

---

Gren 1	800m Frisim (2 heat)	Damer
Gren 2	800m Frisim (2 heat)	Herrar
Gren 3	1500m Frisim (2 heat)	Damer
Gren 4	1500m Frisim (2 heat)	Herrar

### Pass 2 – Lördag Förmiddag

Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00

---

Gren 5	50m Bröstsims	Damer
Gren 6	100m Fjärilsim	Herrar
Gren 7	100m Frisim	Damer
Gren 8	400m Frisim	Herrar
Gren 9	50m Fjärilsim	Damer
Gren 10	100m Ryggsim	Herrar
Gren 11	200m Medley	Damer
Gren 12	200m Bröstsims	Herrar
Gren 13	4x200m Frisim	Damer

### Pass 3 – Lördag Eftermiddag

Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00

---

Gren 14	4x200m Medley	Damer
Gren 15	50m Ryggsim	Herrar
Gren 16	200m Frisim	Damer
Gren 17	50m Frisim	Herrar
Gren 18	400m Medley	Damer
Gren 19	100m Bröstsims	Herrar
Gren 20	200m Ryggsim	Damer
Gren 21	200m Fjärilsim	Herrar
Gren 22	4x100m Frisim	Damer
Gren 23	4x100m Frisim	Herrar

### Pass 4 – Söndag Förmiddag

Insim: 07.30 – 08.45, Start: 09.00

---

Gren 24	50m Bröstsims	Herrar
Gren 25	100m Fjärilsim	Damer
Gren 26	100m Frisim	Herrar
Gren 27	400m Frisim	Damer
Gren 28	50m Fjärilsim	Herrar
Gren 29	100m Ryggsim	Damer
Gren 30	200m Medley	Herrar
Gren 31	200m Bröstsims	Damer
Gren 32	4x200m Frisim	Herrar

### Pass 5 – Söndag Eftermiddag

Insim: 14.30 – 15.45, Start: 16.00

---

Gren 33	4x200m Medley	Herrar
Gren 34	50m Ryggsim	Damer
Gren 35	200m Frisim	Herrar
Gren 36	50m Frisim	Damer
Gren 37	400m Medley	Herrar
Gren 38	100m Bröstsims	Damer
Gren 39	200m Ryggsim	Herrar
Gren 40	200m Fjärilsim	Damer
Gren 41	4x100m Medley	Herrar
Gren 42	4x100m Medley	Damer



# Rekordlistor

## Järfälla Nationella Herrar

Gren	Tid	Namn	Nat	Datum	Tävling
50m Frisim	<b>23.52</b>	Robin Hanson	SWE	2019-02-16	JS Nationella
100m Frisim	<b>53.58</b>	Gustav Henriksen	SWE	2021-06-06	JS Nationella 2021
200m Frisim	<b>1:53.23</b>	Felix Bengs-Stattin	SWE	2019-02-17	JS Nationella
400m Frisim	<b>4:02.98</b>	Robin Hanson	SWE	2020-02-15	JS Nationella 2020
800m Frisim	<b>8:26.13</b>	Robin Hanson	SWE	2020-02-14	JS Nationella 2020
1500m Frisim	<b>16:15.42</b>	Mattias Glenesk	SWE	2019-02-15	JS Nationella
50m Bröstsım	<b>28.63</b>	Johannes Skagius	SWE	2019-02-17	JS Nationella
100m Bröstsım	<b>1:06.11</b>	Daniel Räisänen	SWE	2019-02-16	JS Nationella
200m Bröstsım	<b>2:21.62</b>	Hjalmar Mueller	SWE	2023-02-18	JS Nationella 2023
50m Ryggsım	<b>27.04</b>	Noah Juhlin Fredriksson	SWE	2013-02-18	JS Nationella 2023
100m Ryggsım	<b>58.60</b>	Fabian Bergman	SWE	2020-02-15	JS Nationella 2020
200m Ryggsım	<b>2:07.54</b>	Gustav Henriksen	SWE	2021-06-06	JS Nationella 2021
50m Fjärilsım	<b>24.95</b>	Robin Hanson	SWE	2019-02-17	JS Nationella
100m Fjärilsım	<b>54.15</b>	Jesper Jonsson	SWE	2019-02-16	JS Nationella
200m Fjärilsım	<b>2:09.36</b>	Christopher Lindholm	SWE	2021-06-06	JS Nationella 2021
200m Medley	<b>2:13.00</b>	Daniel Räisänen	SWE	2019-02-17	JS Nationella
400m Medley	<b>4:44.09</b>	Mikael Söderberg	SWE	2021-06-06	JS Nationella 2021



# Rekordlistor

## Järfälla Nationella Damer

Gren	Tid	Namn	Nat	Datum	Tävling
50m Frisim	27.11	Gloria Muzito	SWE	2019-02-17	JS Nationella
100m Frisim	58.21	Gloria Muzito	SWE	2020-02-15	JS Nationella 2020
200m Frisim	2:08.05	Ebba Andersson	SWE	2020-02-15	JS Nationella 2020
400m Frisim	4:25.91	Esther Rydbeck-Nordén	SWE	2019-02-17	JS Nationella
800m Frisim	9:21.63	Tiffani Segerbrand	SWE	2019-02-15	JS Nationella
1500m Frisim	17:20.14	Esther Rydbeck-Nordén	SWE	2019-02-15	JS Nationella
50m Bröstsimsim	32.14	Emelie Fast	SWE	2019-02-16	JS Nationella
100m Bröstsimsim	1:11.64	Cecilia Viberg	SWE	2021-06-05	JS Nationella 2021
200m Bröstsimsim	2:36.68	Emelie Fast	SWE	2019-02-17	JS Nationella
50m Ryggsimsim	29.84	Elise Öberg	SWE	2023-02-19	JS Nationella 2023
100m Ryggsimsim	1:04.21	Elise Öberg	SWE	2023-02-19	JS Nationella 2023
200m Ryggsimsim	2:18.27	Elise Öberg	SWE	2023-02-18	JS Nationella 2023
50m Fjärilsimsim	28.82	Julia Lindgren	SWE	2020-02-15	JS Nationella 2020
100m Fjärilsimsim	1:02.15	Edith Jernstedt	SWE	2019-02-17	JS Nationella
200m Fjärilsimsim	2:23.73	Carin Klasson	SWE	2019-02-17	JS Nationella
200m Medley	2:18.87	Lisa Nystrand	SWE	2020-02-15	JS Nationella 2020
400m Medley	4:50.51	Lisa Nystrand	SWE	2021-06-05	JS Nationella 2021