



# JÄRFÄLLA NATIONELLA 2024

## PM

<b>Datum</b>	16-18 februari 2024
<b>Plats</b>	Medley 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>Strykningar</b>	Strykningar och laguppställningar lämnas i LiveTimings app senast 1 timme före respektive tävlingspass.
<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 presentkort hos Vattenbutiken i Täby 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.
<b>Prisutdelningar</b>	Tävlingen genomförs utan prisutdelningar. Pris hämtas bredvid tävlingssekretariatet under pågående tävling.
<b>Tävlingsgrenar</b>	Fjärilsim 50m, 100m, 200m Ryggsim 50m, 100m, 200m Bröstsим 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. Ryggsimsstegar kommer att finnas tillgängliga. Strykningar via LiveTiming Appen.
<b>Omklädning</b>	Ta med eget hänglås till skåpen.
<b>Heatlistor</b>	Distribueras i sekretariatet samt anslås i simhallen, kommer även att publiceras på LiveTiming.
<b>Startlista</b>	Startlistan finns på <a href="#">LiveTiming</a> , <a href="#">Swimify</a> och Järfälla Simsällskaps hemsida, <a href="http://www.jarfallasim.org">www.jarfallasim.org</a> .
<b>Resultat</b>	Anslås i simhallen under tävlingen samt uppdateras på <a href="#">LiveTiming</a> , <a href="#">Swimify</a> och Järfälla Simsällskaps hemsida, <a href="http://www.jarfallasim.org">www.jarfallasim.org</a> .
<b>Fika</b>	Tränarfika serveras en trappa upp i simhallen.
<b>Publik</b>	Publik på balkongen ovanför bassängen. Max 150 personer.
<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>Upplysningar</b>	Daniel Wramfors tel: 076-165 67 69, e-post: <a href="mailto:daniel.wramfors@jarfallasim.org">daniel.wramfors@jarfallasim.org</a>

## 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

**Hjärtligt Välkomna! önskar Järfälla Simsällskap.**



# 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 Bröstsims	32.14	Emelie Fast	SWE	2019-02-16	JS Nationella
100m Bröstsims	1:11.64	Cecilia Viberg	SWE	2021-06-05	JS Nationella 2021
200m Bröstsims	2:36.68	Emelie Fast	SWE	2019-02-17	JS Nationella
50m Ryggsims	29.84	Elise Öberg	SWE	2023-02-19	JS Nationella 2023
100m Ryggsims	1:04.21	Elise Öberg	SWE	2023-02-19	JS Nationella 2023
200m Ryggsims	2:18.27	Elise Öberg	SWE	2023-02-18	JS Nationella 2023
50m Fjärilsims	28.82	Julia Lindgren	SWE	2020-02-15	JS Nationella 2020
100m Fjärilsims	1:02.15	Edith Jernstedt	SWE	2019-02-17	JS Nationella
200m Fjärilsims	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