



Inbjudan till ENA CUPEN

SPONSORED BY **swoosh**

Den 44:a upplagan sedan starten

Datum: Lördagen den 6 september 2025.

Tävlingsplats: Pepparrottsbadet, Husbergsgatan 1, Enköping. 25m bana. Eltidtagning.

Tider: Pass 1: Insim klockan 08:00-08:50. Tävlingsstart klockan 09:00
Pass 2: Fritt insim under pausen. Tävlingsstart ca 2 timmar efter första passets slut.

Anmälan: Gästande klubbar anmäler senast 24 augusti 2025 via Tempus Anmälan. Efteranmälningar kan göras via Tempus Anmälan i mån av plats, senast 31 augusti 2025 mot dubbel avgift. Vi förbehåller oss rätten att begränsa antalet starter.

Startavgift: Individuell start: 80 kr. Lagkappstart 100 kr. Debitering från startlistan. DNS debiteras med 300 kr/start, gäller ej simmare i klass E om dialog hållits med sekretariat i utannonserade pauser under tävlingsdagen.

Strykningar: Strykningar till förmiddagspasset sker via tränarappen senast 1 timme före start av pass 1. Strykningar till eftermiddagspasset sker senast 30 minuter efter pass 1 avslut. Inloggning mejlas ut till klubbarna.

Resultatlistor: Kommer finnas tillgängliga på Swimify Livetiming. Åldersklass A-D presenteras med placering. Åldersklass E presenteras i bokstavsordning.

Åldersklasser:

A	16 år och äldre (födda 2009 och tidigare)
B	15 år (födda 2010)
C	14 år (födda 2011)
D	13 år (födda 2012)
E	12 år och yngre mixed (födda 2013 och senare)

Mixlagkappen består av 2 flickor och 2 pojkar i valfri ordning.

Priser: Åldersklass A-D: Medaljer till de tre främsta i respektive gren och åldersklass.
Åldersklass E: Deltagarmedaljer till simmare 12 år och yngre.
Plakett till de simmare som slår nytt ENA Cupen-rekord (åldersklasser för rekordtider: 13 år, 14 år, 15 år, 16 år-äldre).

Startlista: Anslås på Swimify.

Omklädning: Nyckelarmband för inpassering och skåp. Borttappat nyckelarmband debiteras. Dela gärna skåp om nödvändigt. Arrangören ansvarar ej för förlorade saker. Simmare och ledare passerar genom ordinarie badhusentré. Publik hänvisar till särskild publikentré. Mer info i PM.

Mat: Lunch på Pepparrotsbadet kan bokas genom SK ENA för 120 kr/st. Bokningar görs via e-post senast den 24 augusti till tavling@simklubbenena.se Ange tydligt antal personer, klubb och eventuella allergier, samt kontaktperson med mobiltelefonnummer.

Försäljning: Arrangörsklubben tillhandahåller försäljning av dryck och tilltugg i anslutning till simbassängen. Lotteri med möjlighet att vinna fina priser. Pepparrotsbadets café håller öppet som vanligt.

Funktionärer: Vi tar gärna emot funktionärshjälp från gästande klubbar.

Upplysningar: tavling@simklubbenena.se

Grenordning:

Tävlingspass 1

1.	25m	Fjärilskick	Damer	A-B, C-D *
2.	25m	Fjärilskick	Herrar	A-B, C-D *
3.	25m	Fjärilskick	Mixed	E *
4.	100m	Frisim	Damer	A, B, C, D
5.	100m	Frisim	Herrar	A, B, C, D
6.	100m	Frisim	Mixed	E

Prisutdelning gren 1, 2, 4 och 5

7.	50m	Ryggsim	Damer	A, B, C, D
8.	50m	Ryggsim	Herrar	A, B, C, D
9.	50m	Ryggsim	Mixed	E
10.	100m	Bröstsims	Damer	A, B, C, D
11.	100m	Bröstsims	Herrar	A, B, C, D
12.	100m	Bröstsims	Mixed	E

Prisutdelning gren 7, 8, 10 och 11

13.	50m	Fjärilsim	Damer	A, B, C, D
14.	50m	Fjärilsim	Herrar	A, B, C, D
15.	50m	Fjärilsim	Mixed	E
16.	200m	Medley	Damer	A, B, C, D
17.	200m	Medley	Herrar	A, B, C, D
18.	100m	Medley	Mixed	E
19.	4x50m	Medley	Mixed	A-D *

Prisutdelning gren 13, 14, 16, 17 och 19

Tävlingspass 2

20.	25m	Frisimsben	Damer	A-B, C-D *
21.	25m	Frisimsben	Herrar	A-B, C-D *
22.	25m	Frisimsben	Mixed	E *
23.	100m	Fjärilsim	Damer	A, B, C, D
24.	100m	Fjärilsim	Herrar	A, B, C, D
25.	100m	Fjärilsim	Mixed	E

Prisutdelning gren 20, 21, 23 och 24

26. 100m Ryggsim	Damer	A, B, C, D
27. 100m Ryggsim	Herrar	A, B, C, D
28. 100m Ryggsim	Mixed	E
29. 50m Bröstsims	Damer	A, B, C, D
30. 50m Bröstsims	Herrar	A, B, C, D
31. 50m Bröstsims	Mixed	E

Prisutdelning gren 26, 27, 29 och 30

32. 50m Frisim med fenor	Damer	A-B, C-D *
33. 50m Frisim med fenor	Herrar	A-B, C-D *
34. 50m Frisim med fenor	Mixed	E *
35. 4x50m Frisim	Damer	A-D
36. 4x50m Frisim	Herrar	A-D

Prisutdelning gren 32, 33, 35 och 36

X-Y innebär sammanslagen åldersklass. X, Y innebär att åldersklasserna delas upp i resultatlistan.

***Förutsättningar för specialgrenarna:**

25m fjärilskick	Start i vattnet med en hand på ryggstarten eller kanten, medan den andra handen är utsträckt framåt. Båda fötterna på kaklet. Max 15m uv. fjärilskick i streamline. Ingen platta. Målgång med två händer i kaklet.
25m frisimsben	Crawlben i streamline. I övrigt samma som ovan.
50m frisim med fenor	Start från pall. "Normala" träningsfenor. Egna simfenor rekommenderas. Ett litet antal fenor i blandade storlekar finns att låna. Simmare från arrangörsklubben har "första tjing" att låna.

En jordnötsfri simtävling



Tack för visad hänsyn

Varmt välkomna till Enköping!