



PM Riddarfjärdssimningen 2025-08-16 *English text further down.* **Start: 12:30**

Viktigt – läs igenom hela texten! Du är ansvarig själv att kolla bansträckning innan.

Välkomna till Riddarfjärdssimningen (gästspel i Marievik/Liljeholmen) lördagen den 16/8 2025
Här följer information om simtävlingen.

Registrering sker vid Plåtparken, Marievikskajen:

Ni får gärna simma i **egen** badmössa om ni vill det. För varje deltagare som inte tar ut badmössa skänker vi 65 kr till Hands2Ocean. Annars får ni badmössa och Chip vid registrering. Chip fästes på hand ni går i mål med. "Måla" gärna målramp vid målgång. Håll kvar hand en kort stund alltså. Viktigt: Chip måste lämnas tillbaka, annars debiteras du 600kr så se till att chip och band sitter ordentligt.

Vi kommer bara ha 1 startgrupp per lopp. 1250m = 1 varv. 2500m = 2 varv.

Starttid 12:30

Start: Sker bakom "osynlig" linje som är mellan 2 bojar.

Bansträckning: *Se på kartan ordentligt innan. Finns längre ner i dokumentet!*

Säkerhet: Säkerhet är viktigast! **OBS!** Du ska känna dig bekväm att simma distansen du har valt. Det är svårt att se alla deltagare hela tiden. **Våtdräkt är viktigt** och rekommenderas! Våtdräkt hjälper till med flyt. **Deltagande sker på egen risk.**

Vi har båt och SUP. Behöver ni assistans ska ni stanna, vinka eller håll i lina som finns nära. Ser ni någon som ser ut att behöva hjälp, så hjälper ni såklart till att påkalla hjälp.

Er tid kommer att finnas **LIVE** direkt efter målgång som ni når via hemsidan. Efter målgång är det after-swim häng i Plåtparken där det finns god mat och dryck. Och vi hoppas på skönt simhäng i direkt anslutning till målgång.

Undrar ni över något, hör av er på info@swimshop.se eller på tel 086620100

Bra att veta:

Temperatur: Uppskattningsvis 20 grader

Våtdräkt: Tillåtet. (ej paddlar, dolme, fenor eller simboj)

Eltidtagning: Ja. Chip får du vid registrering. **OBS – ska lämnas tillbaka! Annars debiteras du 600 kr. Vi samlar in alla direkt vid målgång.**

Badmössa: Får du vid registreringen, ok att köra i egen om man vill det. Registreringen är vid Startplats. Öppnar kl 11:15.

Era väskor: Är under uppsikt i anslutning till start/målområdet.

Media: Arrangören kommer att fotografera och filma deltagarna under tävlingen och förbehåller sig rätten att publicera foto- och filmmaterial fritt genom internet, TV, radio, tidningar och olika former av marknadsföring av Riddarfjärdssimningen.

Medalj: Som tack för att du deltar så skänker vi 25 kr per deltagare till initiativet Hands2Ocean (fd RENA MÅLAREN) En ideell förening som gör ett fantastiskt jobb. Har bl a tagit upp 3 ton båt batterier i längs Norr Mälarstrand och istället planterat växter. Så det viktiga arbetet är ni med och bidrar till. Kolla in deras sociala medier.

Mat: Finns restaurang och food trucks i direkt anslutning till målgång. Mat, dryck, glass mm.

Parkering: Finns kring Sjövikstorget och på gator. Kolla skyltar för betalningen.

Åka kommunalt: Tunnelbana till Liljeholmen, 7-8 minuter promenad. Pendeltåg Årstaberg. 20 minuter promenad eller buss från Årstaberg.

Publik: Detta är verkligen en bana för publiken. Lätt att följa med simmarna hela varvet, så det är riktigt kul. Simmarna kommer nära flera tillfällen. Finns restauranger/uteserveringar längs båda kajerna.

English: Please read all information!

We want to welcome you to Stockholm and Riddarfjärdssimningen August 16th 2025.
Start and finish will this year be by Marievikskajen.

Check the map for the course (1250m lap) So you know it before the race.

Wetsuit is recommended, for safety and buoyancy. Water is around 19-20 degrees C.

You will receive swimming cap and timing chip (**return chip after race! Not returning the chip will cost you 600 sek**) at the starting area. You can swim with your own cap, so it's easier for family and friends to spot you. If you don't pick up a cap from us, we will donate extra 65 sek to Hands2Ocean, a great initiative that cleans water around Stockholm.

Safety is most important. We have a boat and SUP for your safety. Most importantly you should be comfortable with the distance you have chosen to participate in.
Please note that wetsuit is recommended. If you don't use wetsuit, you should be very comfortable in your open water swimming.

No equipment except wetsuit, cap and goggles are allowed. (ie paddles, buoy, swim buoy, fins etc)

If you see anyone in need of help, please stop and check, or try and get the attention of one of our kayaks.

Good to know:

Bags are under supervision around start/finish area.

Instead of medals, we donate to hands2Ocean the same cost as the medals. Thank you for contributing to better environment in the waters surrounding Stockholm.

Food and drinks: There will be after-swim after the finish at Plåtparken. Right by the finish line.

There are food, drinks, ice cream etc there.

Parking. There are parking on streets or Sjövikstorget close to start/finish. Please see the signs for the cost of parking.

Public transportation: Subway Station Liljeholmen is a 7-8 minute walk from the start.

Friends and family: This is a great course for friends and family to be able to see you the whole way. Easy walk along the whole course.

Any questions? Please email or call. info@swimshop.se or 086620100

europas största simspecialist
SWIMSHOP
swimshop.se

