

TÄVLINGS

Citadellsim

Citadellbadet, Landskrona
lördag 9/6 - söndag 10/6

PASS	GRENAR	SAMLING	INSIM	START
lördag				
1	1 – 23	07.45	07.45	09.00
2	24 – 30	14.15	14.00	15.30
söndag				
3	51 – 74	07.45	07.45	09.00
4	74 – 94	13.45	13.30	15.00

Ansvarig lördag fm:

Markus Olsson
markus.olsson@hajen.org
0709 – 74 16 88

Ansvarig lördag em:

Mikael Lindell
mikael.lindell@hajen.org
0709 - 96 49 85

Ansvarig söndag:

Kalle Jonsson
kalle.jonsson@hajen.org
0734 - 30 87 30

Strykningar: till lördag fm lämnas in senast 17.30 fredag. Därefter **10**min efter föregående pass. Samling på badet enligt ovan. Kommer du senare måste du höra av dig till ansvarig tränare.(se ovan).

Utomhustävling: håll dig varm och torr, vantar, mössa och parkas/regnkläder
Glöm inte ta med vattenflaska samt mellanmål.

För mer info om tävlingen samt vad ni simmar finns på hemsidan under:

www.hajen.org/tavlingssimma-med-hajen/tavlingsdax/

Vad ni simmar ser ni även på livetiming.se där tävlingen ligger uppe.

Lycka till