

TÄVLINGS-DAX



SK HAJEN

Sum-sim region
Ystad Arena, Ystad
Lördag 10/11 - söndag 11/11

PASS	GRENNAR	SAMLING	INSIM	START
lördag				
1	1 – 14	07.45	08.00	09.00
2	15 – 28	14.45	15.00	16.00
söndag				
3	29 – 42	07.45	08.00	09.00
4	43 – 58	14.45	15.00	16.00

Ansvarig tränare:

Markus Olsson
Markus.olsson@hajen.org
0709-741688

Samling på badet enligt ovan. Kommer du senare måste du höra av dig till ansvarig tränare.(se ovan).

Glöm inte ta med badkläder, badmössa, glasögon, shorts, t-shirt, skor, vattenflaska samt mellanmål.

Strykningar till lördag fm lämnas in senast 17.30 fredag kväll.
Övriga pass lämnas in senast 30 minuter efter att föregående pass har avslutats.

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!!!

... ger inte upp när det är för tufft.