

# TÄVLINGSDAX



## Äggadoppet Sjöbo simanläggning måndag 18/4

PASS	GRENNAR	SAMLING	INSIM	START
måndag				
Pass 1	1 – 22	08.00	07.45	09.00
Pass 2	23 – 44	13.00	12.45	14.00

**Ansvarig tränare:**

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

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

**Strykningar:** Skall göras senast kl. 19.00 kvällen före pass 1. Strykningar till pass 2 ska göras senast 30 minuter efter föregående pass.

**Glöm inte:** Att ta med shorts, hajentröja, skor, vattenflaska samt mellanmål.

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

<http://hajen.org/tavlingssimma-med-hajen/tavlingsdax/>

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

www.livetiming.se

## LYCKA TILL!!!

*En simmare i SK Hajen...*

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