

TÄVLINGSDAX

LH-Games

Citadellbadet, Landskrona
fredag 8/7 - söndag 10/7

PASS	GRENAR	SAMLING	INSIM	START
fredag				
1	1 - 9	14.00	14.00	15.00
lördag				
2	10 - 18	08.00	08.00	09.00
3	19 - 26	14.30	14.30	15.30
söndag				
4	27 - 34	08.00	08.00	09.00
5	35 - 41	14.00	14.00	15.00

Ansvarig tränare:

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

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

Strykningar: *Pass 1 senast fredag kl. 08.30, övriga pass senast ½ timme efter avslutat pass.*

Utomhustävling: håll dig varm och torr, vantar, mössa och parkas/regnkläder
Glöm inte ta med mörka simglasögon, 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!