

KALLELSE TILL TÄVLING

Tävling: DM/JDM

Datum: 22/10

Plats: Burlövsbadet, Burlöv

Samling: Lör FM 08.30 EM 14.45

Insim: Lör FM 08.30 EM 14.45

Start: Lör FM 10.00 EM 16.00

Grenordning: Lör FM 1 - 12 EM 13 - 23

Ledare: Björken 0708-979793

NAMN

Malmgren Freja

Thorgren Wilda

Ungureanu Rebecka

GRENNAR

5 100Br, 10 50Ry, 17 50Fr, 21 200Ry

19 800Fr

5 100Br?, 21 200Ry

Ni ska alltid ha S71 overallen och badmössan på er vid tävlingar, så man ser vilken klubb ni kommer ifrån.

Ta med drickaflaska, så ni hela tiden kan fylla på era vätskeförråd, gärna sportdryck. Förlorar man vätska, så försämras prestationsförmågan med ca 1% per deciliter.

OBS!! Strykningarna till första passet på lördagen måste vara Björken tillhanda, senast klockan 18.00 fredagen den 21 oktober. Strykningarna till övriga pass skall ske senast 30 minuter efter att tävlingspasset före är slut.