

KALLELSE TILL TÄVLING

Tävling: Citadellsim Mini
Datum: 25-26/5
Plats: Citadellbadet, Landskrona

Samling: Lör+Sön 12.15
Insim: Lör+Sön 12.30
Start: Lör+Sön 13.15

Grenordning: Lör 1 - 8, Sön 9 - 16

Ledare: Lör Emilia A 0709-447959, Sön Frida 0768-331309

DELTAGARE

Burman Alice
Jakobsons Darina
Liljeqvist Lykke
Olsson Athena

GRENAR

3 50Ry, 5 50Br, 7 50Fr
1 50Fj, 3 50Ry, 7 50Fr
1 50Fj, 7 50Fr
3 50Ry, 5 50Br, 7 50Fr

Johansson Lukas 11 50Ry, 15 50Fr
Johansson Sixten 9 50Fj, 11 50Ry, 13 50Br, 15 50Fr
Krotov Hlib 11 50Ry, 13 50Br, 15 50Fr
Svensson Milian 11 50Ry, 13 50Br, 15 50Fr
Zaher Rayan 11 50Ry, 13 50Br, 15 50Fr

Ni skall bära S 71:s aktuella badmössa med vår sponsor på era tävlingslopp samt att bära S 71-kläder, så man ser vilken klubb ni kommer ifrån. Det underlättar för oss tränare och visar även en ordentlig sida utåt mot dem andra klubbarna.

Ha alltid vattenflaska med er, det är väldigt viktigt att man fyller på sitt vätskeförråd. Man orkar mer och kan då lättare hålla motivationen på topp! Förlorar man vätska, så försämras prestationsförmågan med ca 1% per deciliter.

OBS!! Tänk på att tävlingen går utomhus.

Ev. strykningar måste lämnas på sms till den som är tränare, samma dag som man skall tävla.