

28 april 10.00

PM Öresund Meeting!



Plats: Filborna Arena Helsingborg

Datum: 24-25 mars.

Mat: Vi äter alla mål på skolan där vi sover, det är dock viktigt att ni tar med er mycket återhämtning för helgen. **Godis, kakor, läsk, druvsocker, glass och liknande produkter räknas inte som matsäck eller återhämtning. Samma gäller energibars, de innehåller mycket socker, försök att köpa de utan tillsatt socker, finns get raw och rawbars samt paleo crunch. GODISFÖRBUD hela tävlingen!**

Kom ihåg vattenflaskan!

Resa: Från Håsten simhall lördag 24 mars med stor buss 06.00, åter i Varberg söndagen 25 mars cirka 21.00

Boende: Vi bor i skolan intill badet, **medtag luftmadrass och sängkläder!**

Observera att det är väldigt kallt i skolsalarna så ta med varma kläder att sova i.

Startlistan hittar ni på www.livetiming.se

Obs! Vi samlas alltid 15 minuter innan tävlingsstart för snack och hejaramsa! Det är varje simmares ansvar att planera sin tävling för att hinna med insim och förberedelser inför samling och tävlingsstart.

Obs! Alla pristagare ska ha klubbtröja på prispallen!

Tränare

Ansvarig tränare: Julia Nyqvist (0763484118)

Övriga tränare: Anna Kvorning, Marlene Almqvist, Pernilla Axelsson

Packlista... Flera par badkläder/tävlingsdräkter, handdukar, klubbadmössa(Grön), simglasögon (gärna ett extra par att ha med sig framme vid startpallen), klubbtröjor/klubbshorts/klubboverall, bra inomhusskor, vattenflaska och återhämtning. Hopprep. Foamroller och boll. **HÄNGLÅS** till skåpen.

Samt ett glatt och taggat humör!

Eventuella strykningar

Strykningar fram till och med 23 mars klockan 10.00 görs till julia@varbergssim.se.

Strykningar därefter meddelas till Julia per telefon. Endast sjukdom är giltig strykning i övrigt står man för samtliga kostnader. (Boende, mat, resa och startavgifter).

28 april 10.00

Deltagarlista:

följande simmare har kommit med på minst 3 sträckor (reserver räknas ej) och kommer att åka med till Helsingborg

Cornelia Almqvist

Malte Almqvist

Daniel Andersson

Julius Andersson

Lucas Axelsson

Clara Balslev

Måns Bengtsson

Nikki Berggren

Ronja Berggren

Noa Carlenius

Jonatan Carlsson

Thea Carlsson

Felicia Ceveryd

Emmie Dahlgren

Edwin Danielsson

Emmi Engström

Ellie Geigel

Ronja Gustafsson

Tilda Hilbert

Kailan Jimenez

Emma Johansson

Victor Josarp

Erik Josefson

Ingrid Josefson



28 april 10.00

Arvid Kvorning

Olivia Leijon

Hjalmar Löfvenborg

Samuel Lövenklev

Willgot Malmström

Teo Mravac

Nova Niemi

Alexandra Olausson

Zacharias Olausson

Joseph Ornek

Filippa Sjögren

Alva Tingstorp

Stella Warborn

Alvin Åkesson

