

PM Öresund Meeting!



Plats: Filborna Arena Helsingborg

Datum: 22-24 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 Varberg Nord fredag 22 mars med stor buss 16.00, åter i Varberg söndagen 24 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: Niklas Judell(0735-469969)

Övriga tränare: Anna Kvorning, Pierre J Hilbert

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 22 mars klockan 10.00 görs till niklas@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).

Deltagarlista:

följande simmare kommer att åka med till Helsingborg

Cornelia Almqvist

Malte Almqvist

Hilda Andersson

Julius Andersson

Lucas Axelsson

Clara Balslev

Maria Balslev

Matilda Bengtsson

Måns Bengtsson

Nikki Berggren

Ronja Berggren

Jonatan Carlsson

Thea Carlsson

Felicia Ceveryd

Emmie Dahlgren

Emmi Engström

Ellie Geigel

Stella Geigel

Freja Gustafsson

Ronja Gustafsson

Alfred Hedberg

Tilda Hilbert

Max Jilek

Kailan Jimenez



Emma Johansson

Victor Josarp

Erik Josefson

Ingrid Josefson

Viking Josefson

Arvid Kvorning

Samuel Lövenklev

Willgot Malmström

Carl Martinsson

Teo Mravac

Nova Niemi

Zacharias Olausson

Filippa Sjögren

Alva Tingstorp

Stella Warborn

Sara Westholm

Alvin Åkesson

