

Inbjudan klubbävling i Hvss

Detta är en tävlingsform som vi traditionellt har kört under många år, att alla simmare får träffas, de yngre får se de äldre simma och att under ett år "rulla igenom" alla simsätten.

Ett simsätt/gång är tävlingens "huvudsimsätt". Där räknar vi även poäng på prestationerna, som blir när man sedan summerar fyra klubbävlingar – årets klubbmästare.

Detta ett bra sätt att hitta klubbkänslan för oss alla och för er föräldrar att få se barnen simma.

Nu ännu viktigare när vi inte har vatten i Myresjö simhall och då tränar på olika håll – att träffas.

Det blir än en gång i Sävsjö - med samma upplägg o tider som vid under våren.

Söndag 19 november Sävsjö Familjebad, Samåk gärna – men, egen ansvar att ta sig dit...

16.10 Samling i entréhallen för anmälan/upprop

16.15 får vi gå in och byta om

16.20-16.50 Insim i tävlings bassängen (ej i lekbassänger)

16.50 – 18.00 TÄVLING

Sedan lek/vattenrutschkana och fika i simhallen fram till 18.30

Hemresa...

DENNA gång – Långdistans Prata ihop er med er tränare vad ni simmar, 1–2 lopp

Tävlingsgrupper A-B o C - 400 medley eller fritt eller 200 m lopp (el. 800 fritt)

Medleygrupp simmar 100 frisim + en distans (100 Medley, bröst eller rygg.)

Crawlgrupper provar 25 m eller 50 m frisim, gärna även Bröst/rygg, det går även simma valfritt simsätt.

Anmälan till din tränare senast fredag 17 nov. Är du osäker, anmäl dig på plats...

Frågor: Bonny 070 627 68 11