



UDDEVALLA SIM

PM NUSS ÄLDRE 2019

Fredagen den 1:e feb till söndagen den 3:feb är det dags för NUSS Äldre! Denna tävling kommer vara för våra simmare födda 2005 och äldre. Det kommer vara egen transport och därför så har vi lite olika samlingsstider. Vi använder vår vita Piké och simmar snabbt som attan. Tillsammans ska vi simma fort och ha riktigt kul! Nu laddar vi för en kanon tävling, ÅHHH U-SIM!!

Samling: Fredag i Borås kl 16,15 eller lördag/Söndag kl 07,10

Simhall: Borås, Alidebergsbadet.

Boende: Stugbyn, ta med sänglakan

Detagare: A-B-C (finns heatbegränsningar)

Insim/Tävlingstider:

Fredag EM Insim 16,30-17,20 start: 17,30

Lördag FM Insim 07.15 första start 08.20

Söndag FM Insim 07.15 första start 08.20

Lördag EM Insim 13.30 första start 14.50

Söndag EM: Insim 13.30 första start 14,50

Mat/Logi: Frukost i stugorna, mat bokas för de som sover över.

Transport: Egen

Medtag: Sedvanlig tävlingsutrustning (tävlingsdräkt, vattenflaska, 2xhanddukar, simglasögon, badmössa, skor, Uddevalla sim kläder, mellanmål, vattenflaska), sängkläder och ett rekorderligt uppträdande, god kamratskap samt stark klubbkänsla!

Vad simmar jag/startlista:

Startlistan finns på livetiming.se

Vid sjukdom kontakta Adam i god tid så vi hinna struka