

PM Speedo Yards

- Tid/Plats:** 10-11 september, Rosenlundsbadet, Jönköping
- Avresa:** Lördag morgon kl 06:00 åker vi från simhallen med minibussar och bil. **Kom i tid!!**
Vi har KS-hoodie på oss när vi åker.
- Boende:** Östra Sportklubben på hårt underlag
- Hemkomst:** Söndag kväll
- Tävlingstider:**
- | | <u>Lördag FM</u> | <u>Lördag EM</u> | <u>Söndag FM</u> | <u>Söndag EM</u> |
|---------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| Insim: | 08:30-09:45 | 14:30-15:45 | 07:30-08:45 | 13:30-14:45 |
| Tävlingstart: | 10:00 | 16:00 | 09:00 | 15:00 |
- Ledare:** Micke 073-362 03 31, Carina 070-306 06 60, Pontus 076-790 80 70
- Matlagare:** Annika Envide 070-680 98 44
samt att vi måste ha ytterligare en matlagare!
- Mat:** **Ni som ska skicka med mat, kom ihåg att den ska med!**
- Att ta med:** Sovsäck, luftmadrass, gosekudden och övriga sovsaker.
Simgrejor, KS-Kläder, gympaskor, vattenflaska.
Extra frukost till lördag morgon.
"Tävlingsmatsäck" (något lätt att äta under tävlingspassen, till exempel, ljust bröd, blåbärssoppa, chokladmjölk, russin, bananer eller liknande)
- Simmare:** Adam, Anes, Elin E, Ester, Isabella, Kasper, Liam, Lisa, Lucas, Rasmus, Samuel, Sara, Sofia, Szymon, Theo, Tiam

LYCKA TILL GÄNGET, NI ÄR BÄST!!