

PM Sum-Sim region

Tid/Plats: 11-13 november. Rosenlundsbadet, Jönköping

Avresa: Fredag 11 november kl 15:30 med buss från simhallen
Kom i tid!!

Boende: Östra Sportklubben på hårt underlag

Hemkomst: Sent söndag kväll 13 november

Tävlingstider:	<u>Lördag FM</u>	<u>Lördag EM</u>	<u>Söndag FM</u>	<u>Söndag EM</u>
Insim:	07:30	14:30	07:30	14:30
Tävlingstart:	09:00	16:00	09:00	16:00

Tränare: **Micke** 073-362 03 31, **Carina** 070-306 06 60
Frida 076-612 37 30, **Gustav** 070-353 38 31

Matlagare: Daniel Jonsson 070-563 66 15 + **ytterligare en till!!!**

Att ta med: Sovsäck, luftmadrass, gosekudden och övriga sovsaker.
Ta med liten luftmadrass om möjligt, då vi är många som sover över.
Simgrejer, KS-Kläder, gympaskor, vattenflaska. Packa simgrejer i egen väska då vi troligen kommer simma lite fredag kväll
Djup tallrik
"Tävlingsmatsäck" (något lätt att äta under tävlingspassen, tex ljust bröd, blåbärssoppa, chokladmjolk, russin, bananer eller liknande)

Simmare:

A: Adam, Anes, Ester, Isabella, Kasper, Klara, Lisa, Lucas, Samuel, Szymon, Theo, Tiam

B: Elin, Elsa, Hillevi, Rasmus

C: Amanda, Anton, Ellen S, Hedda, Ida M, Sonia

LYCKA TILL GÄNGET, NI ÄR BÄST!!