



PM

Sjörovarsimmet

Tränarmöte:

08.00 i fontänrummet

Genomförande:

Hängande start förutom i ryggsim och 25m distanser. Individuella 25m lopp startar från bryggan (mot lilla bassängen).

Strykningar:

Senast **fredag 31 mars, 18.00**. Maila till sjorovarsimmet@s02.nu. Eller använd IC-controls app (helst!!!).

Lagkapper:

Lagklappsblanketter ber vi att få inlämnade senast 08.00 till sekretariatet, om ni inte har anmält via IC-controls app

Omklädning:

Sker i badets omklädningsrum, ingång från entréhallen, vilket betyder att man kommer direkt in till 25:an från duschen.

För flickor är omklädningen på flickavdelningen, för pojkar på anvisad plats.

Armband/taggar till skåp kommer att delas ut till tränare och skall signeras.

Hämtas i tävlingsbyrån i entrén. Samma antal band skall sedan återlämnas till S02 vid hemresa.

Ett förlorat band kostar sek 100 i ersättning och debiteras klubben.

Tävlingsbyrån är öppen en halvtimme innan insim och efter passets slut så ni kan återlämna banden.

Insim:

08.00 – 08.45, i 25an. Första start 09.00

Avsimning:

På anvisade banor i 50m bassängen

Inmarscher:

2 deltagare från varje klubb samlas vid öppningen mellan 50'an och 25'an 08.50.

Skattkista:

Delas ut till bästa klubb

Tack
SK S02



SIMKLUBBEN S02
GÖTEBORG