



# Klubmesterskaber



Lørdag 17. Marts kl. 10 til ca. 14

Så er der klubmesterskaber, og vi glæder os til at se alle vores svømmere i vandet (dog ikke plaske-svømmerne) til en hyggelig og spændende dag.

I vil blive inddelt efter årgang, og der vil være medaljer til de tre første i hvert løb samt diplom til alle. Jeres træner vil være til stede og hjælpe jer med at være klar og hygge om jer.

Det er tilladt at bruge bælte og vinger, ligesom det er tilladt at starte i vandet.

Vi starter med fælles opvarmning mellem kl. 10.00 og 10.30. Det første løb starter kl.10.30

Kryds de løb af i nedenstående liste som du ønsker at deltage i - spørg evt. din træner om, hvilke løb der passer til dig - og aflever den til din træner eller hjælpetræner senest 3. marts. Specielt for ungdomsholdet: marker hvilke 2 løb du vil konkurrere i.

Vi har også brug for mange forældre til at hjælpe med tidtagning og salg af frugt mm., så giv venligst besked, hvis det har interesse.

Er der noget du er i tvivl om, kan du kontakte din træner eller Karen Dyrby tlf. 86942970.

✕ -----

Løbsliste			
Pige løb	Disciplin		Drenge løb
1	4 x 50 m	Fri mix piger og drenge (holdkap)	2
3	50 m	Fri	4
5	100 m	Bryst	6
7	50 m	Ryg	8
9	25 m	Bryst	10
11	25 m	Fly	12
13	100 m	Fri	14
15	25 m	Fri	16
17	50 m	Bryst	18
19	25 m	Ryg	20
21	100 m	Medley	22
23	4 x 50 m	Fri mix piger og drenge med T-shirt (holdkap)	24

Svømmerens navn: \_\_\_\_\_ Årgang: \_\_\_\_\_

Hold: \_\_\_\_\_ Dag: \_\_\_\_\_

Forældre navn (underskrift): \_\_\_\_\_

Vi/jeg vil gerne hjælpe med:

Tidtagning fra kl.10 (kryds): \_\_\_\_\_ Salg af frugt mm. fra kl. 10 (kryds): \_\_\_\_\_

Træner underskrift (har checket at svømmeren kan svømme de valgte løb):

\_\_\_\_\_