

# Infoseddel



Lørdag d. 4. marts 2023 i Aars

AFGANG: lørdag d. 4/3 – 2023 kl. 07.30

HJEMME: lørdag d. 4/3 – 2023 kl. 16.00

## GRUPPEINDELING

	Grp. 1	Grp. 2	Grp. 3	Grp. 4	Grp. 5
Damer	2013 og yngre	2011-2012	2009-2010	2007-2008	2006 og ældre
Herrer	2013 og yngre	2011-2012	2009-2010	2007-2008	2006 og ældre

Der svømmes holdkap i 4 x 50m Bryst.

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er DATO på [www.aabybrosvøm.dk](http://www.aabybrosvøm.dk)

Simon er træner for Årgang/Junior, Cathrine/Victor for Talent.

### PAKKELISTE

- 2-3 Håndklæder
- Badetøj
- 1-2 badehætter
- 1-2 par sv. briller
- Shorts og T-shirt
- Konkurrenceudstyr
- Drikkedunk

## LØBSLISTE

### Lørdag

400m IM  
200m fly  
200m ryg  
200m IM  
50m fri  
50m ryg  
100m IM  
200m fri

