

Infoseddel



Støvring Svømmehal, 10. december 2023

AFGANG: 10. december 2023 kl. 07.30

HJEMME: 10. december 2023 kl. 16.00

GRUPPEINDELING

| | Gruppe 1 | Gruppe 2 | Gruppe 3 | Gruppe 4 | Gruppe 5 |
|--------|---------------|-----------|-----------|-----------|---------------|
| Damer | 2014 og yngre | 2012-2013 | 2010-2011 | 2008-2009 | 2007 og ældre |
| Herrer | 2014 og yngre | 2012-2013 | 2010-2011 | 2008-2009 | 2007 og ældre |

Der svømmes holdkap i 4 x 50m rygsvømning.

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er 21/11 på www.aabybrosvuem.dk

Træner er Benjamin Jørgensen

PAKKELISTE

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

LØBSLISTE

400m IM
200m Ryg
100m Fri
100m Bryst
100m IM
50m Fly
50m Ryg

