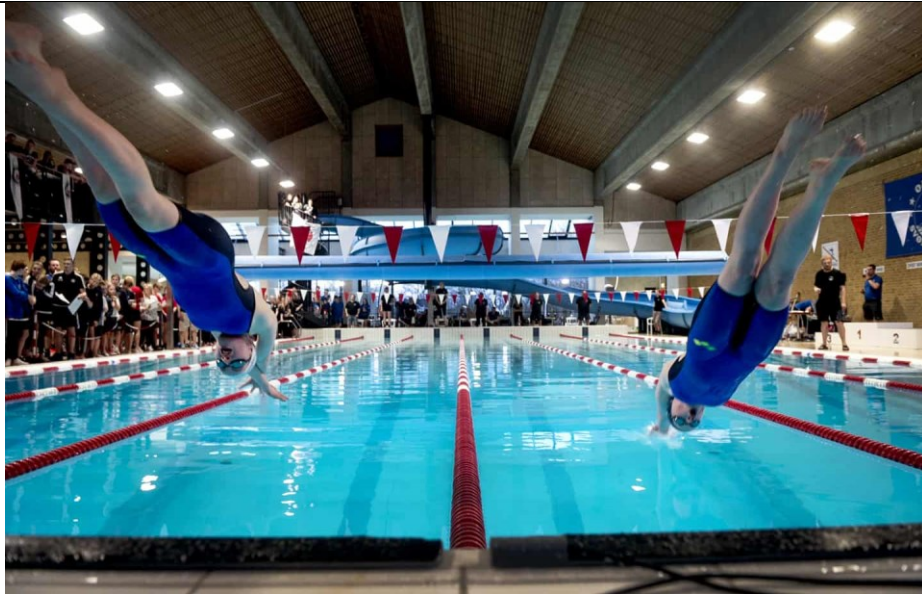


# Infoseddel



## Odder Swim Cup 2024

8. – 10. marts 2024 i Odder

AFGANG: fredag d. 8. marts 2024 kl. 13.00

HJEMME: søndag d. 10. marts 2024 kl. 19.00

### GRUPPEINDELING

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

Grp. 1 og 2 svømmer mod hinanden i holdkap, ligesom grp. 3 og 4.  
Der svømmes holdkap i 4 x 50m HM mix.

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er 17/2 på [www.aabybrosvøm.dk](http://www.aabybrosvøm.dk)

Stefan Stenberg er træner.

### LØBSLISTE

Fredag	200 fri, 50 fly, 400 IM, 50 fri
Lørdag	100 fri, 50 bryst, 200 IM, 50 ryg, 200 bryst, 100 fly
Søndag	100 IM, 400 fri, 200 ryg, 100 bryst, 200 fly, 100 ryg

Der er finaler lørdag aften med blandt andet den meget kendte jagtstart i 400 IM. Jagtstarten er altid et sjovt løb at overvære og svømme, da svømmerne starter forskudt ud fra deres bedste opnåede tid enten ved stævnet eller tidligere.

### PAKKELISTE

- 2-3 Håndklæder
- Badetøj
- 1-2 badehætter
- 1-2 par sv. briller
- Shorts og T-shirt
- Konkurrenceudstyr
- Drikkedunk
- 1 pers. luftmadras
- Lagen
- Pude
- Dyne/Sovepose

