

# Infoseddel



## Midsommercup 2024

LØRDAG OG SØNDAG D. 8. OG 9. JUNI 2024

AFGANG: Fredag d. 7. juni 2024 kl. 19.00

HJEMME: Søndag d. 9. juni 2024 kl. 19.00

### GRUPPEINDELING

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

Der svømmes holdkapper i 100m og 50m, samt en t-shirt stafet

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er 18/4 på [www.aabybrosvøm.dk](http://www.aabybrosvøm.dk)

Træner er Stefan Stenberg og Simon Andersen.  
Ved mange tilmeldte også Benjamin Christensen.

### LØBSLISTE

#### Lørdag

100 fri  
200 IM  
50 bryst  
100 ryg  
200 bryst  
50 fri  
200 fly  
100 IM

#### Søndag

50 ryg  
100 fly  
100 bryst  
200 ryg  
50 fly  
200 fri

#### 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

