

# Stævneseddel

## STÆVNEINFORMATION

### REGIONSMESTERSKABER NORDJYLLAND 2023

DGI-Huset Aabybro, Jens Møllers Vej 3, 9440 Aabybro

Overnatning foregår hjemme.

## TIDSPUNKTER

	LØRDAG	SØNDAG
Mødetidspunkt (omklædt)	07.40	07.40
Opvarmning	08.00-09.20	08.00-09.20
Stævne	09.30-17.15	09.30-17.00
Dagen slutter	19.00	18.00
Måltider inkluderet	Frokost, Aftensmad	Frokost

### PAKKELISTE

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

## TRÆNERE (2)

Benjamin Christensen (24 85 86 67)

Simon Andersen (30 26 41 94)

## SVØMMERE (19)

Anne Holm, Caroline Sulbæk Larsen, Celina Jørgensen, Christian Abrahamsen, Christian Bjerregaard, Dexter Nikoukar, Frederik Jensen, Johannes Førgaard Poulsen, Josephine Lyngé Andersen, Lisa Stenger, Luna Kristensen, Mads Førgaard Poulsen, Magnus Uttrup Rom, Maximilian Nikoukar, Oliver Reinholt, Rikke Lund, Sebastian Saugbjerg, Thor Lund Henningsen, Tobias Strunge

## OFFICIALS (0) & HOLDLEDER (1)

Marianne Rom (holdleder)

## FORPLEJNING

Svømmerne får frokost lørdag, aftensmad lørdag og frokost søndag ifm. stævnet.

Morgenmad og overnatning foregår hjemme.

Holdleder sørger for stævnesnacks i svømmehallen, så forældrene kan holdes fri til Knæk Cancer.

**Da vi afholder stævnet på hjemmebane, vil der være oprydning af banetov og vendeflag efter afsvømning søndag. Dette er medregnet i sluttidspunkt kl. 18. De svømmere, der normalt træner fredag, vil ligeledes sætte disse i fredag aften.**

