

Infoseddel



HOLDSTÆVNE FOR ÅRGANGSSVØMMERE 2025

13. og 14. september 2025 i Haraldslund, Aalborg

AFGANG: lørdag d. 13. september 2025 kl. 11.00

HJEMME: søndag d. 14. september 2025 kl. 15.00

Deltagere: Rikke, Josephine, Celina, Ingeborg, Christian, Isaac
Jens, Marie, Alexander

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er fredag d. 22. august 2025 på
www.aabybrosvøm.dk

Træner er Stefan Stenberg Sørensen

Jeg forventer som udgangspunkt at alle deltager 😊

Stævnet prioriteres højest

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

LØBSLISTE

Afsnit 1

50 fri damer
50 fri herrer
100 ryg damer
100 ryg herrer
200 bryst damer
200 bryst herrer
50 fly damer
50 fly herrer
400 IM damer
400 IM herrer
8 x 50 fri mix

Jokerløb 1 damer
Jokerløb 1 herrer

Afsnit 2

6 x 100 IM drenge
100 fly damer
100 fly herrer
200 fri damer
200 fri herrer
50 ryg damer
50 ryg herrer
100 bryst damer
100 bryst herrer
200 IM damer
200 IM herrer
6 x 100 IM damer

Jokerløb 2 damer
Jokerløb 2 herrer

Afsnit 3

200 fly damer
200 fly herrer
100 fri damer
100 fri herrer
50 bryst damer
50 bryst herrer
200 ryg damer
200 ryg herrer
100 IM damer
100 IM herrer
400 fri damer
400 fri herrer
8 x 100 fri mix

Jokerløb 3 damer
Jokerløb 3 herrer

