

Infoseddel



Nordjyske Cup 1. Stævne

Hjørring – d. 7. september 2025

AFGANG: søndag d. 7. september 2025 kl. 07.30

HJEMME: søndag d. 7. september 2025 kl. 16.00

GRUPPEINDELING

	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4	Gruppe 5
Damer	2015 og yngre	2013-2014	2011-2012	2009-2010	2008 og ældre
Herrer	2015 og yngre	2013-2014	2011-2012	2009-2010	2008 og ældre

Der svømmes holdkapper i 4 x 100 IM Medley Mix

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er 22/8 på www.aabybrosvøm.dk

Træner er Jonathan Jensen og Mads Poulsen

LØBSLISTE

400m fri
100m IM
50m fri
200m ryg
50m fly
100m fri
50m ryg

PAKKELISTE

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

