

PM uppstartsläger Åhus 12-14/8

Samling i Åhus: 16:30 på First Camp i Åhus (Täppetleden 201, 296 33 Åhus). Samkör gärna!

Hämtning i Åhus: 13:30 i Åhus på First Camp i Åhus (Täppetleden 201, 296 33 Åhus). Samkör gärna!

Förslag på resa för de som reser kollektivt:

Från Lund: Öresundståg Lund C 14:42 → Kristianstad C 15:31. Regionbuss 552 15:51 Kristianstad C → Åhus Åhusbryggan 16:24. Ca 280 meter promenad till First Camp från Åhusbryggan.

Från Malmö: Öresundståg Malmö C 14:28 → Kristianstad C 15:31. Regionbuss 552 15:51 Kristianstad C → Åhus Åhusbryggan 16:24. Ca 280 meter promenad till First Camp från Åhusbryggan.

Tränare: Kim Ståhlberg 0729-745668, Philip Thornberg 0704-553664, Frida Nordefell, Magnus Olsson och Jennie Christiansen.

Lägerföräldrar: Therese Tjellqvist och Anette Tjölin.

Boende och mat: Vi bor i stugor på First Camp, samtliga måltider serveras på First Camp. Första måltid som serveras är middag den 12/8. Sista måltid som serveras är lunch 14/8. Specialkost är beställt enligt era anmälningar gjorda via formuläret.

Packning:

- Träningsutrustning vatten dvs baddräkter/badbyxor, simglasögon, badmössa, vattenflaska och eventuellt öronproppar om ni använder er av det.
- Träningsutrustning land – kläder för landträning utomhus samt skor för att gå och springa.
- Handdukar
- Sängkläder – lakan, påslakan och örngott.
- Toalettartiklar och förhoppningsvis solkräm.
- Mesh bag innehållande fenor, platta, snorkel, dolme, (paddlar)
- Klubbkläder, vi kommer spendera mycket tid utomhus därför är det viktigt med kläder efter väder.

Träning i utomhusbassäng på Kantarellbadet enligt schema:

Dag:	Tid:
Fredag 12/8	18:00-20:00
Lördag 13/8	09:00-11:00
Söndag 14/8	08:30-10:00

Deltagare:

Ester Sandén	Oscar Samberg	Yonas Hsissi
Isaac Abaho-Kock	Cristian Stefan Nicoara	Lill Bruhn
Livia Landmyr	Emilia Sandström	Belinda Au
Alfred Olsson Freijs	Indu Arun	Elinor Fröjd
Teo Gustafsson	David Kjellander Hansen	Allis Tjellqvist
Erik Komstedt	Hanna Olsson	Philippa Lindgren
Liam Bech	Jens Christiansen	Jennie Christiansen
Elin Olsson	Ella Bodell	Johanna Berg
Ellen Norrthon Persson	Jack Rosengren	Elvira Andersson
Lykke Frid	Meja Jönsson	Moa Haglund
Anton Witzell	Clara Landmyr	Axel Wall
Selma Isaksson	Frida Isaksson	Tyra Johansson
Maja Kiceec	Felix Rosenkvist	Gabriel O'Loughlin

