

PM ÖM



Datum & Plats: 30-31/5 Jönköping (Rosenlundsbadet)

Avresa: Från Tinnerbäcksbadet, Folkungaplan 3A, i gemensam storbuss lördagen 30/5 klockan **07:00**. OBS! KOM I TID!

Hemresa direkt efter avslutad tävling. Åter till Tinnerbäcksbadet ca 20:00. Vi meddelar när vi närmar oss Linköping.

Tränare: Markus 070-860 10 29, Emelie 070-914 48 01, Bea 076-610 20 78

Kostnad: LASS fakturerar efter avslutad tävling enligt mall.

OBS! I och med att du står med på deltagarlistan så **MÅSTE** tävlingsavgiften betalas även om du av någon anledning inte kan delta!

Utrustning: LASS kläder, tävlingsutrustning, gympaskor, vattenflaska, utrustning för övernattni ng i stugor, eget mellanmål att ha under tävlingen och ett glatt humör.

Mat och Logi: LASS har beställt lunch lördag och söndag, middag lördag samt frukost söndag till alla deltagare. Logi är förlagd i stugor på Villa Björkhagen, en kort promenad från Rosenlundsbadet.

Grenordning: Se inbjudan och [Swimify - Östsvenska Mästerskapen 2026](#)

Tävlingstider:

	Insim	Tävlingsstart
Pass 1	08:30-09:45	10:00
Pass 2	14:30-15:45	16:00
Pass 3	07:30-08:45	09:00
Pass 4	13:30-14:45	15:00

Deltagare:

Se separat lista

Avanmälan:

Kontakta tränarna per telefon, sms eller mail så fort du kan vid sjukdom eller frånvaro av annan anledning. Detta för att underlätta tränarnas jobb och för att hinna få in strykningar i rätt tid. Tränarna behöver få kännedom om eventuella strykningar senast **06:30 lördagen 30/5**

Frågor?

Kontakta din tränare!