



PM NUSS Äldre och Yngre

Datum & Plats: 23-25/1 i Örebro, Gustavsvikbadet

Avresa: Från Tinnerbäcksbadet, Folkungaplan 3A, **fredag 23/1 klockan 14:00** i gemensam storbuss. KOM I TID!

Hemresa: Direkt efter avslutad tävling, ca 20:30. Vi ringer när vi närmar oss Linköping.

Tränare: Niklas 070-200 59 25, Bea 076-610 20 78

Kostnad: LASS fakturerar 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, eget mellanmål att ha under tävlingen, sovutrustning för övernattnings på hårt underlag (luftmadrass/liggunderlag, sovsäck/täcke, kudde) och ett glatt humör!

Mat: LASS ordnar med följande måltider: middag fredag och lördag, frukost lördag och söndag, lunch lördag och söndag. Vid önskemål om lättare middag/färdkost till hemresan ordnas detta på egen hand innan avresa från Örebro.

Logi: Vi kommer att bo i Backahallen, en promenad på ca 15min från Gustavsvik.

Lagkapper: Lass har en hel del lag anmälda, dessa tas ut av tränare på plats.

Grenordning: Se inbjudan och [Swimify - NUSS Äldre och Yngre vinter \(25m\) 2026](#)

Tävlingstider:

	Insim	Tävlingsstart
Pass 1	16:30-17:15	17:30
Pass 2	07:00-08:15	08:30
Pass 3	13:30-14:45	15:00
Pass 4	07:00-08:15	08:30
Pass 5	13:30-14:45	15:00

Deltagare: Se separat lista

Frågor eller eventuell avanmälan: Kontakta din tränare!