



PM LeWa Sport Cup

Datum & Plats: 26-27/9, Motala simhall

Samling: Egen transport till Motala. Samling på bassängkanten 10 minuter innan insimsstart.

Tränare: Lördag – Emelie 070-914 48 01, Elise, Ponthus, Ludvig

Söndag – Markus 070-860 10 29, Julia, Rebecca

Kostnad: LASS fakturerar.

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, hänglås till skåpet, eget mellanmål att ha under tävlingen och ett glatt humör.

Mat: LASS har beställt lunch till samtliga deltagare via arrangören. Lunchen serveras på Wetternmagasinet, Platensgatan 4. Tid meddelas på plats.

Grenordning: Se inbjudan och [Swimify - Lewa Sport Cup](#)

Tävlingstider:

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

Deltagare:

Se separat lista

Avanmälan:

Avanmälan under veckan, kontakta din tränare per mail.

Vid avanmälan under tävlingshelgen kontakta ansvarig tränare för respektive dag 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.

Strykningar behöver meddelas senast 1,5 timma innan tävlingsstart respektive dag och pass.

Frågor?

Kontakta din tränare!