

PM USM Regionsfinal



Datum & Plats: 22-23 november, Tinnerbäcksbadet Linköping

Samling: Samling på bassängkanten i samband med insimsstart.

Tränare: Lördag – Markus 070-860 10 29, Emelie 070-914 48 01, Elise, Niklas (fm)

Söndag – Markus 070-860 10 29, Emelie 070-914 48 01, Henny, Ponthus

Vid frågor inför tävlingen/tidiga strykningar, kontakta din tränare. Vid eventuella strykningar under respektive tävlingsdag, kontakta ansvarig tränare för just den dagen. Ansvarig/ansvariga tränare för respektive dag står uppskrivna med telefonnummer ovan.

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, eget mellanmål att ha under tävlingen och ett glatt humör!

Mat: LASS har beställt lunch till de som anmält detta genom formuläret länkat till kallelsen. Se tid och plats för lunchservering i ordinarie PM. Kom ihåg att hämta ut matbiljett i tävlingsbyrån.

Grenordning: Se inbjudan och [Swimify - USM \(25m\) 2025 regionfinal Linköping](#)

Tävlingstider:

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

Deltagare:

Se separat lista

Avanmälan:

Kontakta din tränare 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. Sena strykningar kan komma att debiteras.

Strykningar för pass 1 behöver vara tränarna tillhanda senast 17:30 fredag 21/11. Strykningar för pass 2, 3 och 4 behöver meddelas senast 30 minuter efter att föregående pass har avslutats.