

PM Höglandsdoppet



Datum & Plats: 25-26/3 i Nässjö

Avresa: Från Linköpings simhall lördag 25/3 kl. 06:00 i gemensam storbuss. KOM I TID!

Hemresa: Vi åker hem direkt efter lunch söndagen 26/3. Tävlingsens tredje och sista pass avslutas relativt sent, så beräknad hemkomst ca 17:00

Kom ihåg: Vid hämtning utanför Linköpings simhall behöver bussen stor plats i parkeringsfickan. Vänligen parkera på parkeringsplatsen intill simhallen istället för i parkeringsfickan, detta för att underlätta för busschauffören så mycket som möjligt.

Tränare: Erik 070-8824566, Emelie, Tom och Isabel

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, luftmadrass/liggunderlag, kudde, sovsäck/täcke och ett glatt humör! Det är en bit att gå mellan simhallen och boendet så tänk på att packa smart.

Mat: LASS ordnar med följande måltider: lunch lördag, middag lördag, frukost söndag samt lunch söndag. Alla måltider serveras i simhallens cafeteria.

Logi: Vi kommer att bo i en församlingsgård ca 10 minuters promenad från simhallen.

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

Grenordning: Se inbjudan och www.livetimeing.se

Tävlingstider:

	Insim	Tävlingsstart
Pass 1	08:30-09:20	09:30
Pass 2	15:00-15:50	16:00
Pass 3	09:30-10:20	10:30

Deltagare: Se separat lista

Frågor eller eventuell avanmälan: Kontakta din tränare!