

USM REGION



DATUM: 22-23 november

PLATS: Valhallabadet, Göteborg

INSIM & TÄVLINGSTIDER

- Pass 1 (Lör fm): Insim: 7:30 Start: 9:00
- Pass 2 (Lör em): Insim: 14:30 Start: 16:00
- Pass 3 (Sön fm): Insim: 7:30 Start: 9:00
- Pass 4 (Sön em): Insim: 14:30 Start: 16:00

TRÄNARE: Gustav, Sara och Annelie

OMBYTE & AVSIM

Band till omklädningsrum hämtas från tränarna. Banden ska lämnas tillbaka till tränarna. Vid borttappat band debiteras 200kr.

Avsimning sker på anvisade banor i 50-meters bassängen. SM i fridykning pågår samtidigt så titta noga efter markering för avsim.

STARTLISTA: Finns på [Swimify](#).

Begränsningar: På grund av många anmälningar har antalet starter begränsats. Viktigt att ni kollar på startlistan vilka grenar ni ska simma eller är reserver för.

STRYKNINGAR

Görs till tränarna som är med på tävlingen så snart som möjligt, men senast fredag 21/11 kl. 16:00. Detta gäller även om man står som reserv.

KOSTNAD

Anmälda starter kommer faktureras simmarna kvartalsvis. Detta gäller alla starter som är med i startlistan, då det är dessa starter som föreningen får betala för. **OBS:** Man får alltså betala för sina anmälningar även vid sjukdom eller annat förhinder.

LAGKAPPER

De som ska vara med i en lagkapp kommer att meddelas i förväg.

ÅLDERSKLASSER

- A: 16-17 år
- B: 15 år
- C: 13-14 år

ÖVRIGT

Det kommer att vara långa pass. Se till att ni planerar för det så att energi finns under hela helgen.