



PM

Sjörovarsimmet

Genomförande:

Hängande start förutom i ryggsim och 25m distanser. Individuella 25m lopp startar från bryggan (mot lilla bassängen).

Strykningar:

Senast **fredag 22 mars, 18.00**. Maila till sjorovarsimmet@s02.nu. Eller använd IC-controls app (helst!!!).

Lagkapper:

Lagklappsblanketter ber vi att få inlämnade senast 09.10 till sekretariatet.

Omklädning:

Följ skyltar 'Omklädning - simtävling'. Ni kommer att behöva en 10-krona till skåp. Dela skåp så att de räcker till alla är ni snälla!

Insim:

08.00 – 08.45, i 25an. Första start 09.00

Inmarscher:

2 deltagare från varje klubb samlas vid öppningen mellan 50'an och 25'an 08.50.

Pauser:

10min efter prisutdelningen efter gren 18.

5min efter prisutdelningen efter gren 26.

Prisutdelning:

Pristagare samlas vid öppningen mellan 50'an och 25'an.

Skattkista:

Delas ut till bästa klubb

Tack
SK S02



SIMKLUBBEN S02
GÖTEBORG