

VI INBJUDER DIG TILL VÅRENS FÖRSTA MORGONDAGARNAS



Lördagen den 17 mars på Delphinenbadet i Lund
Insim: klockan 15:00 Start: klockan 15:40

ALLMÄNT

Simklubben Poseidon hälsar alla simmare och föräldrar välkomna att delta på vårens första Morgondagarnas. Tanken med Morgondagarnas är att lyfta fram den egna prestationen, och framför allt att stimulera varje simmare att utmana sig själv. Precis som tidigare simmas tävlingen på Delphinenbadet på lördagar. Vi ser gärna att föräldrar och anhöriga kommer med för heja på och hjälpa till med t.ex. tidtagning eller andra uppgifter i samband med tävlingen. Vår förhoppning är att så många som möjligt av våra duktiga nybörjarsimmare vill vara med.

Ta chansen att prova på!

HUR ANMÄLER JAG MIG?

Sätt ett kryss efter den eller de distanser du vill simma och fyll i ditt namn, födelseår och den grupp du simmar i. Lämnar din anmälan på plats till arrangörerna (absolut **senast kl. 15:15**). Det går också bra att fylla i denna kallelse elektroniskt i förväg och skicka till anmalan@skposeidon.se senast torsdagen innan tävlingen kl 20.00. Glöm inte att meddela din tränare att du tänker vara med!

STIPULATIONSTIDER OCH PRISER

I varje gren som simmas finns en stipulationstid som när den uppnåtts ger ett pris. Det finns Guld, Silver och Brons i varje gren. Simmare kan endast erhålla ett pris av varje valör i respektive gren. Deltagare får delta i **max 3 grenar per deltävling**.

		Guld	Silver	Brons
50m Frisim	Flick /Pojk	43,0	47,0	52,0
25m Frisim	Flick /Pojk	23,0	26,0	30,0
50m Bröstsims	Flick /Pojk	54,0	58,0	1.03,0
25m Bröstsims	Flick /Pojk	25,0	28,0	33,0
50m Ryggsims	Flick /Pojk	52,0	56,0	1.01,0
25m Ryggsims	Flick /Pojk	25,0	28,0	33,0
25m Fjärilsims	Flick /Pojk	25,0	28,0	33,0

Samtliga deltagare belönas efter tävlingens slut med ett diplom där alla tider är inskrivna samt priser ifall stipulationstider uppnåtts.

----- Klipp här!! -----

Namn:

Födelseår:

Grupp:

Gren	Distans	Kryss	Stipulationstid
1	50 Frisim flickor		43,0 / 47,0 / 52,0
2	50 Frisim pojkar		43,0 / 47,0 / 52,0
3	25 Frisim flickor		23,0 / 26,0 / 30,0
4	25 Frisim pojkar		23,0 / 26,0 / 30,0
5	50 Bröstsims flickor		54,0 / 58,0 / 1.03,0
6	50 Bröstsims pojkar		54,0 / 58,0 / 1.03,0
7	25 bröstsims flickor		25,0 / 28,0 / 33,0
8	25 bröstsims pojkar		25,0 / 28,0 / 33,0
9	50 Ryggsims flickor		52,0 / 56,0 / 1.01,0
10	50 Ryggsims pojkar		52,0 / 56,0 / 1.01,0
11	25 Ryggsims flickor		25,0 / 28,0 / 33,0
12	25 Ryggsims pojkar		25,0 / 28,0 / 33,0
13	25 Fjärilsims flickor		25,0 / 28,0 / 33,0
14	25 Fjärilsims pojkar		25,0 / 28,0 / 33,0