

DM / JDM i Göteborg

26-27 oktober 2013

Deltagare: Johanna André, Malin Nilsson, Steven Larsson, Samuel Rudqvist

Ledare: Chattis 070 - 343 21 01
Riitta 076 - 623 74 98

Resa: Johanna åker med Riitta på fredag kväll.
Övriga åker med Chattis från Älvhögsborg lördag 07.15.
Hemresa när alla simmat färdigt på söndagen.

Logi: Scandic Backadal. Det finns möjlighet att äta frukost 06.30.
4-bäddsrum: Chattis, Riitta, Steven, Samuel
2-bäddsrum: Johanna och Malin

Tävling: Valhallabadet, Göteborg

Tider:

		Insim	Tävling
Lördag	Pass 1	08.30 - 09.45	10.00
	Pass 2	14.30 - 15.45	16.00
Söndag	Pass 3	07.30 - 08.45	09.00
	Pass 4	13.30 - 14.45	15.00

Omklädning: Ta med 10-krona till omklädningskåpen.

Mat: Lördag lunch och middag samt söndag lunch förhandsbeställt.
Måltiderna serveras på Gårda Kök och Bar.

Strykningar: Till pass 1: Senast fredag 12.00 till kansli@vssf.nu.
Pass 2-4: Senast 30 min efter föregående pass avslutats.

Utrustning: Tävlingsutrustning, TSS-overall, gymnastikskor, vattenflaska.
Hänglås
Mellanmål, frukt
Kläder för att kunna gå ut mellan passen.
ETT GOTT HUMÖR!

Ha kul och simma fort!