

HIK Klubmesterskaber



Lørdag 18. marts kl. 9.00 til ca. 13.00

Så er der klubmesterskaber, og vi glæder os til at se alle vores svømmere i vandet (dog ikke plaske-svømmerne) til en hyggelig og spændende dag.

I vil blive inddelt efter årgang, og der vil være medaljer til de tre første pr. årgang i hvert løb og diplom til alle. Jeres træner og hjælpetrænere vil være til stede og hjælpe jer med at være klar og hygge om jer.

Det er tilladt at bruge bælte og vinger, ligesom det er tilladt at starte i vandet.

Vi starter med fælles opvarmning mellem kl. 9.00 og 9.30. Det første løb starter kl.9.30

Da vi ikke kan sige noget om, præcis hvornår de enkelte løb starter, så forventer vi at man deltager i hele arrangementet.

Kryds de løb af i nedenstående liste som du ønsker at deltage i - spørg evt. din træner om, hvilke løb der passer til dig - og aflevér den til din træner eller hjælpetræner senest lørdag d. 4. marts.

Deltagelsen i jagtstarten er kun for Talent/Konkurrence.

(Specielt for Talent/Konkurrence: max 5 løb og én holdkap)

Tilmeldingssedlen kan også hentes på vores hjemmeside www.harlev-ik.dk under fanen - Svømning.

Er der noget du er i tvivl om, kan du kontakte din træner, skrive på vores facebook side eller bestyrelsesmedlem: Casper Thaarup på - casper@hik-svomning.dk



Løbsliste					
X	Pige løb	Disciplin		Drenge løb	X
	1	50 m	Fri	2	
	3	25 m	Bryst	4	
	5	100 m	Ryg	6	
	7	50 m	Fly	8	
	9	100 m	Bryst	10	
	11	50 m	Ryg	12	
	13	100 m	Fly	14	
	15	25 m	Fri	16	
	17	100 m	Individuel Medley	18	
	19	25 m	Ryg	20	
	21	50 m	Bryst	22	
	23	100 m	Fri	24	
	27	? x 50 m	Alternativ Jagtstart	28	

Svømmerens navn Årgang

Hold Dag.....

Forældre navn (underskrift).....

Trænerunderskrift (har kontrolleret at svømmeren kan svømme de valgte løb).....