

Delfinsimmet i Linköping

Samling: Fred 18/9 kl 16.15 mitt i Centralstationen huvudbyggnad
Hemkomst: Sön 20/9 kl. 22:17 ska vårt tåg vara hemma på stationen i Göteborg
Transport: Tåg tur och retur Göteborg-Linköping
Logi: På golv i skolsal med egen madrass.
Det tar ca 15min att gå från skolan till badet.



Mat: Helpension från lördag frukost till söndag middag
Ta med egen matsäck för fredag, försök hinna äta ordentlig middag hemma innan vi åker så du bara behöver matsäck för kvällsmat, annars får du ta med mer mat!

Tränare: Helena 0734-03 91 93, helena@goteborgsim.se
Irwi 0735-71 07 30

Kostnad: 750:- som skulle betalats in till Göteborg Sims postgiro nr 24 31 73 – 2 i samband med anmälan. Vänligen betala in snarast om ni glömt detta. Ange simmares namn samt Delfinsimmet på inbetalningen

Ta med: Luftmadrass/liggunderlag
Sovsäck och ev. en kudde
Matsäck för fredag
Tävlingsutrustning innehållande inneskor, varma G-sims kläder, vattenflaska, baddräkter/badbyxor, badmössor, simglasögon, handdukar mm.
Frukt eller en peng till frukt som du behöver under simtävlingen
Hygienartiklar (tandborste, schampo mm.)
Varma utomhuskläder (varm jacka, mössa, vantar och ev. regnkläder)
Annat som kan vara bra att ha med (Tex. läxböcker, musik, tidning mm.)
Ev. fickpengar

Packning: Det är en bit att gå mellan tågstationen och skolan så vi rekommenderar att ni packar i en ryggsäck (som ni sen kan ha som tävlingsväska) och en rullväska.

Simmare:	Inez Kristensson -97	6, 14, 24, 34, 42, 52
	Matilda Kewenter -97	6, 14, 24, 34, 42, 52
	Amanda Janzon -97	6, 14, 24, 34, 42, 52
	Filippa Lundh -97	6, 14, 24, 34, 42, 52
	Elsa Malmström -97	6, 14, 24, 34, 42, 52
	Anna Sundelin -97	14, 24, 34, 42, 52
	Oskar Ehrnberg -97	5, 13, 23, 33, 41, 51
	Alexander Triantafillou -97	5, 13, 23, 33, 41, 51
	Eric Gustafsson -97	5, 13, 23, 33, 41, 51
	Mathilda Janzon -98	4, 12, 22, 32, 40, 50
	Pär Börjesson -98	3, 11, 21, 31, 39, 49
	Max Bergstrand -98	3, 11, 21, 31, 39, 49
	Hanna Kewenter -99	2, 10, 20, 30, 38, 48

Lycka till!!

Grenordning Delfinsimmet 2009

Lördag FM, insim 09:00

1	25m fj	Po	99 oy.
2	25m fj	Fl	99 oy.
3	50m fj	Po	98
4	50m fj	Fl	98
5	100m fj	Po	97
6	100m fj	Fl	97
7	100m fj	Po	96
8	100m fj	Fl	96
9	50m ry	Po	99 oy.
10	50m ry	Fl	99 oy.
11	100m ry	Po	98
12	100m ry	Fl	98
13	100m ry	Po	97
14	100m ry	Fl	97
15	100m ry	Po	96
16	100m ry	Fl	96

Söndag FM, insim 08:00

29	50m br	Po	99 oy.
30	50m br	Fl	99 oy.
31	100m br	Po	98
32	100m br	Fl	98
33	100m br	Po	97
34	100m br	Fl	97
35	100m br	Po	96
36	100m br	Fl	96
37	50m fr	Po	99 oy.
38	50m fr	Fl	99 oy.
39	100m fr	Po	98
40	100m fr	Fl	98
41	100m fr	Po	97
42	100m fr	Fl	97
43	100m fr	Po	96
44	100m fr	Fl	96

Lördag EM, insim 15:00

17	4x100m me	Po	96 oy.
18	4x100m me	Fl	96 oy.
19	200m fr	Po	99 oy.
20	200m fr	Fl	99 oy.
21	400m fr	Po	98
22	400m fr	Fl	98
23	400m fr	Po	97
24	400m fr	Fl	97
25	400m fr	Po	96
26	400m fr	Fl	96
27	4x50m me	Po	98 oy.
28	4x50m me	Fl	98 oy.

Söndag EM, insim 14:00

45	4x100m fr	Po	96 oy.
46	4x100m fr	Fl	96 oy.
47	100m me	Po	99 oy.
48	100m me	Fl	99 oy.
49	200m me	Po	98
50	200m me	Fl	98
51	200m me	Po	97
52	200m me	Fl	97
53	200m me	Po	96
54	200m me	Fl	96
55	4x50m fr	Po	98 oy.
56	4x50m fr	Fl	98 oy.