

Infoseddel



SPAREKASSEN
VendsysselCUP 2020

Weekenden d. 8. – 9. februar 2020 i Aabybro

MØDETID: Lørdag d. 8. februar 2020 ca. kl. 07.30

FÆRDIG: Søndag d. 9. februar 2020 ca. kl. 17.00

GRUPPEINDELING

	Senior	Junior 1	Junior 2	Yngre junior
Damer	2003 og ældre	2004-2005	2006-2007	2008 og yngre
Herrer	2003 og ældre	2004-2005	2006-2007	2008 og yngre

Der svømmes indledende om formiddagen og finaler om aftenen.

Der vil være en bod fra Speedo og SportDirect til stævnet

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er 7. januar 2020 på

www.aabybrovoem.dk

Benjamin og Simon vil være trænere denne weekend.

Der stilles også en holdleder. Mere info om dette kommer.

PAKKELISTE

- 2-3 Håndklæder
- Badetøj
- 1-2 badehætter
- 1-2 par sv. briller
- Shorts og T-shirt
- Konkurrenceudstyr
- Drikkedunk
- 1 pers. luftmadras
- Lagen
- Pude
- Dyne/Sovepose

LØBSLISTE

Lørdag	Søndag
100 F el. 50 F	100 IM
400 CR	100 CR
100 R el. 50 R	100 BR el. 50 BR
50 CR	200 IM

Der svømmes holdkapper i 4 x 50 HM og 4 x 50 fri både for mixhold og Herrer/Damer.

Der er udskillelsesfinale i 50 CR og 200 IM svømmes der finale som Mystery Medley.



AAIF SVØMNING