



# MÄRKESTAGNING UNDER SWIM OF HOPE



Lördag 21e september arrangerar Simklubben S77 "Swim of Hope". Där 50% av alla insamlade pengar går till Barncancerfonden. Denna eftermiddag erbjuder vi även våra barn i simskolan och teknikgrupperna möjligheten att ta det nya Sarahmärket, där 10kr per märke går till just Barncancerfonden, då Sarah Sjöström är ambassadör för Barncancerfonden. Vi har även valt ut ett par andra märken man kan få ta denna dag om man vill.



## SARAHMÄRKET

- Dyk från kanten/pallen
- Simma 25m under 55,48 (Sarahs världsrekordtid på 100m fjärilsim)
- Göra 5st fjärilskickar under vattnet

## DELFINEN SILVER



- Simma 250m bröstsim
- Simma 100m ryggsim
- Flyta 50m eller 2min
- Vattentramp 50m eller 2min
- Djupdykning 1m från vattenytan



## SILVERSÄLEN

- Simma 25m på grunt vatten
- Bogsering av jämnstor kamrat i livboj 10m



## SILVERGRODAN

- Hoppa från bassängkant på grunt vatten
- Doppa huvudet under ytan och ta upp ett föremål från botten
- Simma 10m på grunt vatten



## GULDGRODAN

- Hoppa från bassängkanten på djupt vatten
- Doppa huvudet under ytan och ta upp ett föremål från botten (grunt vatten)
- Simma 10m på djupt vatten

DATUM: Lördag 21e september  
PLATS: Stenungsund Arena  
TID: 16:15-18:30 finns simlärare på plats och tar märken med barnen  
ANMÄLAN: Anmäl er via denna länk, då vi behöver veta att vi har tillräckligt med simlärare på plats och märke så det räcker till alla <https://forms.gle/9XJL9bra2yLGVqhG7>  
KOSTNAD: 35kr/märke som kan köpas på plats, vi tar swish och kontanter

**VÄLKOMNA!!**