

PM Magplasket 20-21 maj 2017

- Plats:** Lysekil, Gullmarsborg (25-meters bassäng med 6st banor)
- Samling:** Utanför badet i Lysekil kl. 16:30 på lördagen
De simmare som endast är med på tävlingen samlas med övrig trupp söndag morgon i simhallen kl. 08:30 ombytta och klara för ett insim
- Hämtning:** Ca kl. 17 hoppas vi tävlingen är slut till men man vet aldrig exakt på förhand
- Transport:** Egen, samkör gärna!
- Tränare:** David Larsson 0725-585096
Helena Granlund 0734-039193 (endast sön)
Jacob Alexandersson 073-0616124
Daniel Börjesson
Magnus Eriksson
- Ledare:** Patrik Olofsson och Helene Kjellgren
- Logi:** Natten mellan lördag och söndag sover vi tillsammans i en gymnastiksal på gångavstånd till badet, på egna madrasser.
- Disco:** Lördag kl. 18-20 är det disco för alla simmare och tränare från övernattande simklubbar i fritidsgården som ligger i samma byggnad som badet
- Mat:** Man äter ordentlig mat hemma innan samling lördag EM, sen står klubben för kvällsmat lördag, frukost och lunch söndag. Mellanmål under tävlingen står man för själv (banan, yoghurt, frukt, russin, smörgås mm). Mellanmålen är viktiga så slarva inte med det. Ta med vattenflaska, det är viktigt att smådricka lite under hela tävlingen. Vi äter inte glass, godis, bullar mm under tävlingen. Vi dricker heller inte läsk under tävlingen. Efter sista loppet går det givetvis hur bra som helst!
- Kostnad:** 350kr/simmare för lördag-söndag. 250kr/simmare för söndag (lunch ingår) Beloppet faktureras i efterhand.
- Ta med:** Luftmadrass, kudde och sovsäck
Pyjamas, tandborste och andra övernattningssaker som är bra att ha med
Tävlingsutrustning med S77 kläder. Badmössor och glasögon. Ta med extra handduk, en brukar inte räcka. Det är viktigt att vara varm och torr på kanten mellan simloppen så ta med flera par badbyxor/baddräkter och även t-shirts, shorts, overall/varm tröja att ha på sig mellan loppen. Det är också viktigt att man inte går barfota så ta med inneskor och strumpor.
Hänglås till skåpen i omklädningsrummet
- Sjukdom:** Man ska givetvis inte delta på tävlingen om man blir sjuk. Då det medför föreningen extra kostnader vid sen avanmäld start är det väldigt viktigt att man meddelar sig så snart som möjligt vid sjukdom. Det gör man till Helena via **SMS till 0734-039193**
- Simmare:** Se sid 2
- Grenar:** Se sid 3
- Övrigt:** Lysekils ss meddelar att det är ont om parkeringsplatser. Man kan parkera på Gullmarsskolan på Norra Kvarngatan.

LYCKA TILL!

Deltagande simmare från S77

Namn:	År:	Id nr:	Pass 1:	Pass 2:
Anell Alva	2005	141	13) 100fr	15) 100ry, 28) 100br
Back Lina	2005	142	7) 100me, 13) 100fr	15) 100ry, 28) 100br
Bergius Alice	2005	143	13) 100fr	15) 100ry, 28) 100br
Bergman Ellen	2005	144	7) 100me, 13) 100fr	15) 100ry, 28) 100br
Gustavsson Elsa	2006	147	7) 100me, 11) 50fr	17) 50ry, 26) 50br
Hallsback Gustav	2006	149	12) 50fr	18) 50ry, 27) 50br
Jones Charlie	2005	151	14) 100fr	16) 100ry, 29) 100br
Kjellgren David	2004	152	8) 100me, 14) 100fr	16) 100ry, 29) 100br
Larsson Hailey	2007	153	1) 25fj, 11) 50fr	17) 50ry, 26) 50br
Löfdahl Oscar	2004	154	4) 50fj, 14) 100fr	16) 100ry, 29) 100br
Meurling William	2004	155	8) 100me, 14) 100fr	16) 100ry
Olofsson Oscar	2006	157	8) 100me, 12) 50fr	18) 50ry, 27) 50br
Olofsson Linnea	2004	156	7) 100me, 13) 100fr	15) 100ry, 28) 100br
Tellblom Amanda	2005	161	13) 100fr	15) 100ry
Börjesson Linnea*	2005	145	3) 50fj, 13) 100fr	15) 100ry, 28) 100br
Edberg Maja*	2006	146	7) 100me, 11) 50fr	17) 50ry, 26) 50br
Hallsback Annie*	2009	148	9) 25fr	19) 25ry
Herweijer Leontien*	2007	150	11) 50fr	17) 50ry, 26) 50br
Olsson Alice*	2006	158	7) 100me, 11) 50fr	17) 50ry, 26) 50br
Rångeby Frida*	2005	159	7) 100me, 13) 100fr	15) 100ry, 28) 100br
Ståhl Majken*	2005	160	13) 100fr	15) 100ry
Ås Elma*	2007	162	11) 50fr	26) 50br
S 77 Mix Lag 1	2004	163		21) 4x50fr
S 77 Mix Lag 1	2006	164		23) 4x50fr

* Deltar endast söndag

Prel lagkapslag

Gren 21) Oscar L, William M, Ellen B, Linnea O
Reserver: David K, Linnea B

Gren 23) Oscar O, Gustav H, Maja E, Elsa G
Reserver: Alice O

Grenordning Magplasket 2017

Pass 1			
Insim 08:30, Start 09:30			
1	25m fjärilsim	Flickor	D, E
2	25m fjärilsim	Pojkar	D, E
3	50m fjärilsim	Flickor	A, B, C
4	50m fjärilsim	Pojkar	A, B, C
Paus o Prisutdelning			
5	4x50m frisim	Mixed	E
6	4x50m frisim	Mixed	D
7	100m medley	Flickor	A, B, C
8	100m medley	Pojkar	A, B, C
Paus o Prisutdelning			
9	25m frisim	Flickor	E
10	25m frisim	Pojkar	E
11	50m frisim	Flickor	C, D
12	50m frisim	Pojkar	C, D
13	100m frisim	Flickor	A, B
14	100m frisim	Pojkar	A, B
Prisutdelning och Lunchpaus			

Pass 2			
Insim 13:30, Start 14:30			
15	100m ryggsim	Flickor	A, B
16	100m ryggsim	Pojkar	A, B
17	50m ryggsim	Flickor	C, D
18	50m ryggsim	Pojkar	C, D
19	25m ryggsim	Flickor	E
20	25m ryggsim	Pojkar	E
Paus o Prisutdelning			
21	4x50m frisim	Mixed	A
22	4x50m frisim	Mixed	B
23	4x50m frisim	Mixed	C
Prisutdelning			
24	25m bröstsim	Flickor	E
25	25m bröstsim	Pojkar	E
26	50m bröstsim	Flickor	C, D
27	50m bröstsim	Pojkar	C, D
28	100m bröstsim	Flickor	A, B
29	100m bröstsim	Pojkar	A, B
Prisutdelning			
30	25m frisim	Pojkar	A, B, C, D
31	25m frisim	Flickor	A, B, C, D

Åldersklasser:

- A -04 o äl.
- B -05
- C -06
- D -07
- E -08 oy.