

## PM Sjörovarsimmet 24e mars 2018

- Plats:** Göteborg, Valhallabadet 25-meters bassäng
- Samling:** 12:45 i Valhallabadets entré, tävlingen brukar vara klar runt 18:30 tiden
- Tränare:** Helena Granlund (0734-039193)
- Ta 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 loppet. Det är också viktigt att man inte går barfota så ta med inneskor och strumpor.
- Omklädning:** På Valhallabadet sker inte omklädning i ordinarie omklädningsrum, utan i rätt små omklädningsrum som ligger vid 50-meters bassängen. Där är det ofta ont om skåp, så ni får dela två och två, skåpen är endast för simmare. Det behövs en 10-krona till skåpen
- Transport:** Egen, samkör gärna!
- Mat:** Ta med vattenflaska, det är viktigt att smådricka lite under hela tävlingen. Ät ordentlig frukost och lunch hemma innan tävlingen och ta med små mellanmål (banan, yoghurt, frukt, russin, smörgås mm) att ha under tävlingen. Vi äter inte glass, godis, bullar mm under tävlingen. Vi dricker heller inte läsk under tävlingen. Efter sista loppet går det givetvis bra!
- Kostnad:** 100kr, beloppet faktureras i slutet av terminen.
- Sjukdom:** Meddela Helena med ett sms snarast om du blir sjuk och inte kan vara med på tävlingen. Dock **senast kl. 09:00 på lördag morgon!** Inte mejl!!

**Grenar:**

1	25m fjärilsim	Pojkar A – D
2	25m fjärilsim	Flickor A – D
3	25m ryggsim	Pojkar D
4	25m ryggsim	Flickor D
5	25m ryggsim	Pojkar C
6	25m ryggsim	Flickor C
7	50m ryggsim	Pojkar B
8	50m ryggsim	Flickor B
9	50m ryggsim	Pojkar A
10	50m ryggsim	Flickor A
<b>Prisutdelning</b>		
11	25m bröstsim	Pojkar D
12	25m bröstsim	Flickor D
13	25m bröstsim	Pojkar C
14	25m bröstsim	Flickor C
15	50m bröstsim	Pojkar B
16	50m bröstsim	Flickor B
17	50m bröstsim	Pojkar A
18	50m bröstsim	Flickor A
<b>Prisutdelning + 10min paus</b>		

19	25m frisim	Pojkar D
20	25m frisim	Flickor D
21	25m frisim	Pojkar C
22	25m frisim	Flickor C
23	50m frisim	Pojkar B
24	50m frisim	Flickor B
25	50m frisim	Pojkar A
26	50m frisim	Flickor A
<b>Prisutdelning + 5min paus</b>		
27	4x25m frisim	Pojkar A - D
28	4x25m frisim	Flickor A - D
<b>Prisutdelning</b>		

**Åldersklasser: A= 07, B= 08, C= 09, D= 10 oy.**

## Deltagande simmare från S77

---

Namn:	År:	Id nr:	Grenar
Andersson Hjelm Ebba	2009	188	6) 25m ry, 14) 25m br, 22) 25m fr
Brånlid Noel	2009	189	5) 25m ry, 21) 25m fr
Granlund Filip	2010	190	3) 25m ry, 19) 25m fr
Gustafsson Olle	2008	191	15) 50m br, 23) 50m fr
Hallsback Annie	2009	192	2) 25m fj, 6) 25m ry, 14) 25m br, 22) 25m fr
Herweijer Leontien	2007	193	2) 25m fj, 10) 50m ry, 18) 50m br, 26) 50m fr
Johanson Mim	2008	194	8) 50m ry, 16) 50m br, 24) 50m fr
Klingborn Vendela	2007	195	2) 25m fj, 10) 50m ry, 18) 50m br, 26) 50m fr
Larsson Hailey	2007	196	2) 25m fj, 10) 50m ry, 18) 50m br, 26) 50m fr
Lycke Hedvig	2007	197	10) 50m ry, 18) 50m br, 26) 50m fr
Perry Aston	2009	198	5) 25m ry, 13) 25m br, 21) 25m fr
Röhss Stina	2007	199	10) 50m ry, 18) 50m br, 26) 50m fr
Wahlin Linus	2009	200	5) 25m ry, 13) 25m br, 21) 25m fr
Wallin Saga	2007	201	2) 25m fj, 10) 50m ry, 18) 50m br, 26) 50m fr
Ås Elma	2007	202	2) 25m fj, 10) 50m ry, 18) 50m br, 26) 50m fr
S 77 flickor	2007	203	28) 4x25m fr

# Lycka till!