

PM Skövdedoppet, 4:e februari

- Plats:** Skövde Arena 8x25m
- Samling:** Pricka av dig hos Helena kl. 08.00 utanför kassan till badet. Se mer info vid omklädning nedan.
Även samling 10min innan resp pass för genomgång av lag, hejarramsa mm
- 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.
- Transport:** Egen, samåk gärna!
- Mat:** Ta med vattenflaska, det är viktigt att smådricka lite under hela tävlingen. Ät ordentlig frukost hemma innan tävlingen och ta med små mellanmål (banan, yoghurt, frukt, russin, smörgås mm) att ha under tävlingen. Ta även med nyttig matsäck att ha till lunch (tex pastasallad eller liknande) Pausen kommer bli kort så räkna inte med att hinna ut på stan och äta lunch. Vi äter inte glass, godis, bullar mm under tävlingen. Vi dricker heller ej läsk under tävlingen. Efter sista loppet går det givetvis bra!
- Omklädning** I Skövde brukar tränaren få kvittera ut entréband som man låser skåpen med. Och man ska dela skåp 2 och 2. Vi samlas kl. 08.00 i entrén på badet där Helena delar ut entréband till simmarna, kom i tid!
- Kostnad:** 100kr per deltagande simmare som faktureras vid vårterminens slut
- Sjukdom:** Meddela Helena med ett sms snarast om du blir sjuk och inte kan vara med på tävlingen. Dock **senast kl. 11:00 på fredagen!** Obs inte mejl!!
Vi sen avanmälan utgår en straffavgift på 120kr/tom bana, en avgift som simmaren står för själv, gäller dock ej vid meddelad sjukdom. Blir man sjuk efter kl. 12.00 på fredagen är det givetvis också jätteviktigt att man meddelar Helena det med ett sms (inte mejl).

LYCKA TILL!

Grenordning Skövdedoppet 2018

PASS 1, Söndag FM			
Insim 08:15-09:15, Start 09:30			
1	4x50m frisim	Mixed	11 oy.
2	200m medley	Pojkar	14-15
3	200m medley	Flickor	14-15
4	100m medley	Pojkar	12-13
5	100m medley	Flickor	12-13
6	100m ryggsim	Pojkar	14-15
7	100m ryggsim	Flickor	14-15
8	100m ryggsim	Pojkar	12-13
9	100m ryggsim	Flickor	12-13
10	50m ryggsim	Pojkar	10-11
11	50m ryggsim	Flickor	10-11
12	50m ryggsim	Pojkar	9 oy.
13	50m ryggsim	Flickor	9 oy.
14	4x50m medley	Pojkar	12-15
15	4x50m medley	Flickor	12-15
Ca 90min paus			

PASS 2, Söndag EM			
16	4x50m frisim	Mixed	12-15
17	50m bröstsim	Pojkar	10-11
18	50m bröstsim	Flickor	10-11
19	50m bröstsim	Pojkar	9 oy.
20	50m bröstsim	Flickor	9 oy.
21	100m bröstsim	Pojkar	14-15
22	100m bröstsim	Flickor	14-15
23	100m bröstsim	Pojkar	12-13
24	100m bröstsim	Flickor	12-13
25	50m frisim	Pojkar	10-11
26	50m frisim	Flickor	10-11
27	50m frisim	Pojkar	9 oy.
28	50m frisim	Flickor	9 oy.
29	100m frisim	Pojkar	14-15
30	100m frisim	Flickor	14-15
31	100m frisim	Pojkar	12-13
32	100m frisim	Flickor	12-13
33	4x50m medley	Pojkar	11 oy.
34	4x50m medley	Flickor	11 oy.

Prel lag:

Gren 15, 4x50m medley FL 12-15 år
Ry Frida, Br Alice, Fj Emma, Fr Maja E

Gren 16, 4x50m frisim mixed 12-15 år
Frida, Maja E, Emma, Oscar

Gren 34, 4x50m medley FI 11 oy.
Ry Saga, Br Hedvig, Fj Hailey, Fr Elma

S77 Simmare

Namn:	År:	Id nr:	Pass 1	Pass 2
Anell Alva	2005	130	5) 100me, 9) 100ry	24) 100br, 32) 100fr
Edberg Maja	2006	131	5) 100me, 9) 100ry	24) 100br, 32) 100fr
Gustavsson Elsa	2006	132	5) 100me, 9) 100ry	24) 100br, 32) 100fr
Knauer Emma	2006	133	5) 100me, 9) 100ry	24) 100br, 32) 100fr
Larsson Hailey	2007	134	11) 50ry	18) 50br, 26) 50fr
Lycke Hedvig	2007	135	11) 50ry	18) 50br, 26) 50fr
Olofsson Oscar	2006	136	4) 100me, 8) 100ry	23) 100br, 31) 100fr
Olsson Alice	2006	137	5) 100me, 9) 100ry	24) 100br, 32) 100fr
Rångeby Frida	2005	138	5) 100me, 9) 100ry	24) 100br, 32) 100fr
Wallin Saga	2007	139	11) 50ry	18) 50br, 26) 50fr
Ås Elma	2007	140	11) 50ry	18) 50br, 26) 50fr
S 77 Flickor	2007			34) 4x50me
S 77 Flickor	2006		15) 4x50me	
S 77 Mixed	2006			16) 4x50m fr