

Rekruttstevne søndag 3. Oktober 2010

Sande Svømmeklubb har gleden av å invitere til vårt rekruttstevne som arrangeres i
Dysjalandhallen søndag 3.oktober 2010

Innsvømming	kl 10.00
Stevnestart	kl 11.00
Lagledermøte	kl 10.15

Øvelser:

1 - 2	50 m bryst	jenter / gutter
3 - 4	25 m bryst	jenter / gutter
5 - 6	50 m rygg	jenter / gutter
7 - 8	25 m rygg	jenter / gutter
9 - 10	100 m medley	jenter / gutter
11 - 12	50 m fri	jenter / gutter
13 - 14	100 m bryst	jenter / gutter
15 - 16	25 m fri	jenter / gutter
17 - 18	100 m fri	jenter / gutter
19 - 20	25 m butterfly	jenter / gutter
21	4 x 25 m mix lag	

Bassenget: 6 baner med bølgedempende baneskiller

Påmelding: Påmelding sendes elektronisk til hilding@online.no innen
Søndag 26.september 2010 Etterpåmelding kun hvis plass i heatene.

Premiering: Deltakerpremie til alle

Startkontigent: kr 75.- pr svømmer innbetales til kontonr 3206.20.91796 og merkes
rekruttstevne

Spørsmål kan rettes til Hilding Aareskjold på telefon 908 79 2 76. eller mail hilding@online.no
Ellers blir alt om stevnet lagt ut på vårt nettsted www.sande-svømmeklubb.com

Hilsen

Sande svømmeklubb

Hilding Aareskjold