

**NS-Mini i Ølstykke Svømmehal**

Lørdag d. 26. Januar 2019

**Vi mødes alle i biblioteks-gården ved Helsinge svømmehal kl. 13.20**

**Formålet med dette er, at svømmerne starter i samlet flok – siger godmorgen og kører sammen til stævnet fordelt i de biler der møder op.**

**Det er muligt at lave fælleskørsel fra svømmehallen - man er dog selv ansvarlig for at lave disse aftaler og sikre både ud og hjemkørsel ;-)**

• Adresse: Ølstykke Svømmehal,

• Adgang til hallen: Først Kl. 14,00 (omklædning)

• Indsvømning: Kl. 14.05 – 14.50

• Holdledermøde: Kl. 14.00 i lokalet i forhallen

• Officialmøde: Kl. 14.15 i lokalet i forhallen

• Holdkapkort: Bedes afleveret senest kl. 14.30 i sekretariatet i hallen

• Stævnestart: Kl. 15.00

 **Der svømmes følgende løb:** Aldersgrupper (individuelle løb):

Gruppe 1: 2004 og 2005

Gruppe 2: 2006 og 2007

Gruppe 3: 2008 og 2009

Gruppe 4: 2010 og yngre

 **Ulige løb = piger og lige løb = drenge**

Løb 1 & 2: 100 m fri

Løb 3 & 4: 50 m bryst

Løb 5 & 6: 200 m ryg

Løb 7 & 8: 50 m fri

Løb 9 & 10: 100 m fly

Løb 11&12: 4 x 50 m. hold medley

**Trænere: Martin og Lasse**

**Officials: Morten Jensen, Pernille Jensen og Joan Søjberg Madsen**

**Holdleder: Pernille Kühnell**

Bliver du syg eller forhindret på selve stævnedagen så ring til Kerry 2683 8880, så vi ikke står og venter forgæves.

**HUSK!**

**------ sokker, sko, T-shirt, shorts, et ekstra håndklæde , pastasalat og drikkedunk -------**