

 **NS-Mini Frederiksværk**

 Lørdag D. 11 Maj 2019

Så er det blevet tid til endnu en hyggelig NS-mini stævne, denne gang skal vi til Frederiksværk.

Vi mødes alle i biblioteks-gården ved Helsinge svømmehal kl. 9:35

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 ;-)

**Sted:** Frederiksværk svømmehal, Sportsvej 5C, 3300 Frederiksværk.

**Dato:** lørdag d. 11 maj.

**Adgang til hallen:** Kl. 10:00 (omklædning)

**Opvarmning:** Kl. 10:15 – 11:15

**Stævnestart:** Kl. 11:30

**Holdledermøde:** Kl.10:30 i Frederiksværk Hallen (Den sorte hal)

**Officialmøde:** Kl. 10.45 i Frederiksværk hallen (den sort hal)

Der kan svømmes følgende løb:

**Grupper:** **Løb:** Piger=ulige – Drenge=lige

**Gruppe 1:** 2004/2005 1 + 2 100 IM

**Gruppe 2**: 2006/2007 3 + 4 50 fri

**Gruppe 3:** 2008/2009 5 + 6 100 bryst

**Gruppe 4:** 2010 og yngre 7 + 8 50 ryg

 9 + 10 200 fri

 11 + 12 4 x 50 bryst

**Træner:** Lasse og Anton, Talent. Frederik og Iben, Super C.

**Holdleder:**

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 -------**