



# PM UGP 1

**Datum & Plats:** 27-28 januari, Motala simhall

**Samling:** Egen transport till Motala. Samling på bassängkanten 10 minuter innan insimsstart. Gäller både lördag och söndag.

**Tränare:** Emelie 070-9144801, Elise, Erika (lördag)

Markus 070-8601029, Simon, Hugo (söndag)

**Kostnad:** LASS fakturerar.

**OBS!** I och med att du står med på deltagarlistan så MÅSTE tävlingsavgiften betalas även om du av någon anledning inte kan delta!

**Utrustning:** LASS kläder, tävlingsutrustning, gympaskor, vattenflaska, hänglås till skåpet, eget mellanmål att ha under tävlingen och ett glatt humör

**Mat:** LASS har beställt lunch till samtliga deltagare via arrangören. Lunch serveras på Wetternmagasinet klockan 11:30-14:00

**Grenordning:** Se inbjudan och [www.livetiming.se](http://www.livetiming.se)

**Tävlingstider:**

|        | Insim       | Tävlingsstart |
|--------|-------------|---------------|
| Pass 1 | 08:00-08:45 | 09:00         |
| Pass 2 | 14:00-14:45 | 15:00         |
| Pass 3 | 08:00-08:45 | 09:00         |
| Pass 4 | 14:00-14:45 | 15:00         |

**Deltagare:**

Se separat lista

**Avanmälan:**

Kontakta din tränare per telefon, sms eller mail så fort du kan vid sjukdom eller frånvaro av annan anledning. Detta för att underlätta tränarnas jobb och för att hinna få in strykningar i rätt tid. Tränarna behöver få kännedom om eventuella strykningar senast 07:30 till pass 1 och 3 samt senast 12:00 för strykningar pass 2 och 4. Vid strykningar på tävlingsdagen, kontakta ansvarig tränare för den dagen. Ansvarig tränare står listad med telefonnummer ovan

**Frågor?**

Kontakta din tränare!