



SLUTSEDDER

Nordjyske Cup 4

STÆVNE DAG:	Lørdag d. 26.05.18
STED	Brønderslev Svømmehal, Frilandsvej 10, 9700 Brønderslev
TRÆNER:	Jonas
HOLDLEDER:	Mette
ANTAL SVØMMERE:	20
MAD:	Madpakke. Mad svømmeren kan lide, gerne pastasalat, nødder, müslibar / lidt mørk chokolade, gulerødder, groft brød. Sædvanen tro må der ikke medbringes slik eller sodavand.
OPVARMNING:	Kl. 08.30
STÆVNESTART:	Kl. 10.00 Mere info
PÅKLÆDNING I HAL:	Klubbøj, AS t-shirt og sorte AS shorts, indesko/badesandaler. Husk: Badetøj, håndklæde, badehætte, 1-2 sæt dykkerbriller (et i reserve er nødvendigt)
FORPLEJNING I HAL:	Ingen