



AS Elite-stævne Maj 2024

Jeg har fået chancen for, at vi kan prøve at svømme Barcelona afdelingen af Mare Nostrum stævne-serien.

Mare Nostrum stævne-serien, er 3 stævner på normalt 10 dage, rigtig mange dygtige svømmere bruger stævnet til forberedelse til sommerens mesterskaber.

Det er en god mulighed for vores bedste svømmere at komme ned og konkurrere mod den internationale elite, samt for vores yngre svømmere på AS-elite at komme ned og se hvad "international" svømning i virkeligheden er.

Vi flyver til og fra Barcelona – eller rettere Girona, lige uden for Barcelona, da det er meget mere økonomisk forsvarligt 😊

Mødetid: Mandag d.27/5 – kl.19.10, Aalborg Lufthavn.

Afgang: Mandag d.27/5 – kl.21.10 fra Aalborg Lufthavn. (Ryanair)

Hjemkomst: fredag d.31/5 – kl.22.00, Aalborg Lufthavn. (Ryanair)

Tidsplan i meget grov-skala.

Mandag d.27/5	Tirsdag d.28/5	Onsdag d.29/5	Torsdag d.30/5	Fredag d.31/5
Svøm 1,5 time efter skole. (Skansen)	Morgenmad kl.10.00 (sove igennem)	Stævnedag Morgenmad fra kl.6.00	Stævnedag Morgenmad fra kl.6.00	Morgenmad kl.8.30
Aftensmad mm.	Afslapning	Stævnestart kl.8.30	Stævnestart kl.8.30	Træning kl.10.00-12.00
Mødetid: 19.10	Kort sightseeing	Frokost	Frokost	Frokost
Afgang: 21.10	Frokost kl.13.00	Finaler(evt. opgav)	Finaler(evt. opgav)	Turister...
Ankomst kl.23.59	Træning kl.15.00	Aftensmad kl.20	Aftensmad kl.20	Afhetning kl.15.30
Godnat kl.01.30	Aftensmad og... normal stævne rit.	Hygge og godnat	Hygge og godnat	Ankomst Aalborg kl.22.00

Hotel: HOTEL CATALONIA SAGRADA FAMILIA Aragón, 569 bis- 571 - 08026 – BARCELONA

Primært: 3 mandsværelser, med fuld forplejning. Snacks kan købes i supermarkedet lige på den anden side af vejen.

Trænere: Lasse Schrøder er ansvarlig træner på turen.
(Bjørn er der også, men rejser med landsholdet)

Inviteret: Thea, Kristian, Fenja, Thisted, Thorhauge, Kjelstrup, Jonatan, Nicklas, Emilie, Kristiane, Sigurd, Rasmus, Kian, Frederik og Maja Marie.
(Sol, Helena, Anna rejser med Landsholdet, Sebastian og Luanna svømmer AP race i stedet for).

Pris: 3000 kr



Deadline for tilmelding: **Fredag d.26/4.**

Forventnings afstemning i forhold til eksamens periode mm.

Vi forventer svømningen bliver prioriteret højt i hele perioden, da dette er et Elite-arrangement, som ikke alle bliver tilbudt. AS elite er et tilbud for de svømmere der har internationalt niveau eller potentiale for internationalt niveau.

De svømmere, som er under 18 år, skal få deres forældre til at give en skriftlig tilladelse til at svømmerne må rejse med AS på turen.

Dette gøres ved, at man tilkendegiver pr. mail (bjorn@aalborgsvommeklub.dk), at Lasse Schrøder Jakobsen er værge på turen med AS.

(Jeg – Bjørn, rejser ikke med Aalborg Svømmeklub hjem, derfor kan jeg ikke selv stå som værge)

Pakkeliste:

Pas, Blå sygsikringskort, kopi af forsikring
Toiletgrej, evt. medicin, måske solcreme og solbriller.
Badetøj – 1 håndklæde (Hotellet har), briller, hjelm.
AS-tøj, sko, drikkedunk (evt. "sommerjakke").
Tøj, undertøj mm.
Opladere, lektier og underholdning.
Euros/kort.

*Kufferten må veje 20kg. Håndbagagen skal være lille – så en stor TYR taske der er prop-fuld, er ikke godt med Ryan-air, men halv fuld, fungerer godt, så den kan være under flysædet.

*Stævne i Barcelona, svømme udendørs, hvis vejret er godt. (Taget kan køres til og fra på hallen, som det var 2 år siden).

Venlig hilsen:

Aalborg Svømmeklub

Lasse og Bjørn

