

SAAB-UTMANAREN

SK Ägir bjuder in intresserade ungdomar, från 6 år, till höstens seriesim – SAAB-Utmanaren – vid 4 tillfällen på onsdagar i Brunflobadet.

SAAB-Utmanaren genomförs onsdagarna 29 september, 20 oktober, 24 november samt finalen i samband med luciasim och familjelagkappen den 15 december. Första start varje onsdag kl. 17.30. Anmälan kl. 17.00.



OBSERVERA ATT SAAB-Utmanaren ersätter ordinarie träningar dessa onsdagar.

För att tävlingskvällarna inte skall bli för långa får varje simmare max göra 4 starter per tävlingsdag (finalen 6 starter).

Alla som deltar vid minst två av fyra tävlingsdagar erhåller pris. Priserna delas ut finaldagen, onsdagen den 15 december.

Bra saker att ha med på tävlingar är: Vattenflaska (även på träningar), T-shirt, shorts och extra handduk för att hålla värmen mellan loppen.

Lördagen den 2 oktober kl. 12.00-16.00 arrangerar SK Ägir en familjedag på Brunflobadet. Då har ni chansen att prova på det mesta av föreningens verksamhet samt lite extra vattenaktiviteter som tex vattenpolo och vattengymnastik.

Missa heller inte vårt populära breddläger på Holiday Club i slutet av oktober/början av november. Mer info kommer senare.

Svar på frågor och funderingar kan fås av Niklas Näsén, e-post: niklas.nasen@ostersund.se, tel. 070-298 28 64 eller SK Ägirs kansli, e-post: kansliet@skagir.se. Resultat anslås efter tävlingsdagarna på hemsidan: www.skagir.se

Grenordning för samtliga SAAB-Utmanaren:

1. 25 m frisim (1 längd)
2. 25 m fjärilsim
3. 25 m ryggsim
4. 25 m bröstsim
5. 100 m frisim (4 längder)
6. 100 m fjärilssim
7. 50 m frisim (2 längder)
8. 50 m fjärilsim
9. 50 m ryggsim
10. 50 m bröstsim
11. 100 m ryggsim (4 längder)
12. 100 m bröstsim
13. 100 m medly

Välkomna



SAAB



SK ÄGIR
ÖSTERSUND

