



**NORRKÖPINGS
KAPPSIMNINGSKLUBB**

Water Games Zero i Linköping 12/10 2024.

Tränare	Stella Mandorf.			
Samling	Samling i simhallen i Linköping kl. 08.20. Anmäl er närvaro till tränarna när är på plats.			
Transporter	Ni måste lösa det själva. Om någon av er kan ta med Stella, som är tränare, vore det snällt. Hör av er till henne eller Håkan Hertzman på Teams i sådant fall.			
Strykningar	Eventuella återbud, pga sjukdom, meddelas till Stella i chatten i Teams.			
Lunch	Får var och en ordna med själva.			
Kostnad	2 pass: 350kr. Enstaka pass 175kr. Kostnaden faktureras i vanlig ordning från NKK's kansli.			
NAMN (3 simmare)	Bet	ÖVR	PASS 1 INSIM: 08.30-09.15 Tävling 09.30	Pass 2 Insim 13.30-14.15 Tävling 14.30
Alkin Frangert Leeah	350		25 fj. 50 ry.	50 br. 50 fr.
Hellberg Tove	175			50 br. 50 fr.
Lagnestam Eufemia	350		50 ry. 100 me.	100 br. 100 fr.
Rolin Tristan	350		50 fj. 100 me.	100 br. 100 fr.

Grenordning

Förmiddagspass	Eftermiddagspass
1. 25 valfritt mixed	
2. 50 fjäril mixed	
3. 25 fjäril mixed	
4. 100 ryggsim mixed	
5. 50 ryggsim mixed	
6. 25 ryggsim mixed	
7. 100 medley mixed	
8. 75 medley (3 olika simsätt efter eget val) mixed	
9. 4x25 valfritt simsätt mixed	
	10. 100 bröstsim mixed
	11. 50 bröstsim mixed
	12. 25 bröstsim mixed
	13. 100 frisim mixed
	14. 50 frisim mixed
	15. 25 frisim mixed
	16. 4x25 frisim mixed

SIMNING med FART, **NKK** så KLART !