



Veckobrev 39

LGSS A/B-grupp

Hej!

Vi är nu tillbaka efter en helg med tävlande och vad bra det gick! Mycket pers och medaljer fick vi med oss, men framförallt erfarenheter till kommande tävlingar. Jättebra gjort!

Nu till helgen är det återigen dags för tävling, den här gången i Göteborg, så det är bara att tagga om och köra hårt igen.

Efter att ha kollat igenom våra gamla klubbrekord upptäckte vi även att Siri under en tävling i våras tagit åldersrekord på 50 fj i 15-års klassen. Grattis!!!

VIKTIGT:

Uppvärmning 30 minuter innan simning!!!

Schema för vecka 39

<i>Mån 25/9</i> Uppvärmning 17:30	Simning 18:00 - 20:00 Elias
<i>Tis 26/9</i> Uppvärmning 19:15	Simning 19:45 - 21:15 Lilly
<i>Ons 27/9</i> Uppvärmning 18:00	Simning 18:30 - 20:00 Elias
<i>Tors 28/9</i> Uppvärmning 18:15	Simning 18:45 - 20:30 Lilly
<i>Fre 29/9</i>	Ledigt
<i>Lör 30/9</i>	Tävling Göteborg
<i>Sön 31/9</i> Uppvärmning 17:30	Simning 18:00 - 20:00 Victoria
	Tävling Göteborg

Höstens tävlingar

Barracuda Race Göteborg	29/9-1/10	
UGP 3 Stenungsund	14-15/10	Sista anmälan 3/10
Ållebergsdoppet Falköping	5/11	Sista anmälan 23/10
Sum-Sim Region Göteborg	11-12/11	Sista anmälan ??

Åldersrekord 2023

15 årsrekord damer (50m)

Siri Karlsson 50 fj 0:33.41