



Veckobrev v.12

C-gruppen

Hej allihopa!

Dags för en ny vecka och nya träningar. Vi kör på som vanligt. Snyggt simmat i Sandared Annie! Veckans träningar hålls av Otto och Klara.

30 minuters uppvärmning innan varje simpass.

Schema för v.12

Måndag	Ledigt		
Tisdag	Ledigt		
Onsdag	Uppvärmning 17.30	Simning 18.00-19.30	KT
Torsdag	Uppvärmning 18.15	Simning 18.45-20.30	OK
Fredag	Ledigt		
Lördag	Ledigt		
Söndag	Uppvärmning 17.30	Simning 18.00-19.30	AJ

Vårens tävlingar!

Tävling	Datum	Plats	Sista anmälan
SSA Molliden Race	26/4	Karlsborgs simhall	20/4
Ullbergstrofén 13 å.o.ä	2-4/5	Valhallabadet Göteborg	31/3
Vårsimiaden 12 å.o.y	10/5	Stenungsund	?
Sjöstaden Mariestad Swim [°]	7-8/6	Ekudden Mariestad	?

[°] = Prioriterade tävlingar

Alvas kontaktuppgifter

Mobil: 076-3414790

Mail: alva.jonsson.gunilla@gmail.com