



Veckobrev v.13

C-gruppen

Hej allihopa!

Dags för en ny vecka och nya träningar. Fortsätt simma, simma, simma. Har skickat ut en inbjudan till nästa tävling i Karlsborg där 13 år och äldre simmar endast på eftermiddagen. Hade vart kul om ni ville följa med! Anmälan sker till Alva på 0763414790 senast 20/4. 30 minuters uppvärmning innan varje simpass.

Schema för v.13

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