



## **PM** **Bockstensdoppet**

- Datum:** Helgen den 9 - 11 juli
- Plats:** Simstadion, Varberg, 50 meter, 8 banor, utomhus.
- Tränare:**
- |                         |                               |
|-------------------------|-------------------------------|
| Claire Vilshed          | 0732-546665 (fredag - söndag) |
| Ann Mårdbrink           | 0703-787991 (fredag/söndag)   |
| Zaklina Musial          | 0734-053801 (lördag)          |
| Christina Ekstedt       | 0707-475576 (fredag - söndag) |
| Anette Thorén           | 0722-557283 (fredag)          |
| Peter Aminoff           | 0706-606445 (söndag)          |
| Anna-Maria Jökulsdottir | 0793-356056 (lördag)          |
- Transport:** Sker med egna bilar.
- Insimning:** Göteborg Sim tillhör Grupp 2 under insimningarna.  
**Fredag:** Pass 1: kl. 09.20 & Pass 2: kl. 14.10  
**Lördag:** Pass 3: kl. 07.30 & Pass 4: kl. 14.20  
**Söndag:** Pass 5: kl. 08.10 & Pass 6: kl. 14.00
- Tävlingstider:**
- Fredag:**  
**Pass 1:** kl. 10.00 & **Pass 2:** kl. 14.30  
**Pass 3:** kl. 08.30 & **Pass 4:** kl. 15.00  
**Pass 5:** kl. 08.30 & **Pass 6:** kl. 15.00
- Kostnad:** Kostnaden är 250 kr, som ni sätter in på nedanstående betal-länk.  
[boka.goteborgsim.se/Visa/?ID=1956](https://boka.goteborgsim.se/Visa/?ID=1956)
- Strykningar:** Till Pass 1 skall strykningarna vara tillhanda till respektive tränare **senast torsdag kl. 17.00.**  
Alla strykningar skall göras på Tränar-APP:en.  
Övriga pass innan föregående pass har avslutats.
- Lagkapper:** Laguppställningarna lämnas in via Tränar-APP:en.
- Inför Pass 2 (4x100 frisim): Direkt efter avslutat Pass 1.
  - Inför Pass 4 (4 x 100 frisim): Direkt efter avslutat Pass 3.
- Avsimning:** Tre stycken pooler (hopp- och undervisningsbassängen samt lek & plask.
- Egen stol:** Alltid bra att ha med sig en egen stol.
- Kläder:** Tänk på att ha kläder "för alla väder".

- Prisutdelning:** Ingen prisutdelning.  
Medaljer till de tre främsta i varje gren.  
En tränare från varje förening hämtar medaljerna efter avslutat pass.  
Pass 1 & 2: Ann  
Pass 3 & 4: Claire  
Pass 5 & 6: Christina
- Tidsprogram:** Se under Filarkiv på [www.livetiming.se](http://www.livetiming.se)
- Mat:** Mycket viktigt att ni har med er mat och dryck, som skall räcka **hela** dagen.
- Omklädning:** Det finns inga omklädningsrum, så kom ombyta till tävlingen.
- Åldersindelning:** A/ födda 06 & Äldre  
B/ födda 07 - 08  
C/ födda 09 - 10  
D/ födda 11 & Yngre
- Grenordning:** Finns i Inbjudan som ni har fått.
- Coronarestriktioner:**
1. Vi sitter klubbvis.
  2. Det kommer att finnas "handspritsstationer".
  3. Glöm inte att hålla avstånd.
  4. Känner man sig sjuk när man vaknar stannar man hemma.  
Blir man sjuk under tävlingen tar man kontakt med föräldram,  
att ni blir hämtade med en gång.
  5. Ingen publik tillåts.

**LYCKA TILL!**

