



Inbjudan till Västerviks simsällskaps KM 5 & Luciasim, 11 december 2022

Anmäl er på hemsidan eller till er tränare senast måndagen den 5 december.

Grenlista:

1. 25 m fjäril mix Utmanaren
2. 50 m fjäril damer Utmanaren/KM
3. 50 m fjäril herrar Utmanaren/KM
4. 25 m bröst mix Utmanaren
5. 50 m bröst damer Utmanaren/KM
6. 50 m bröst herrar Utmanaren/KM
7. 25 m rygg mix Utmanaren
8. 50 m rygg damer Utmanaren/KM
9. 50 m rygg herrar Utmanaren/KM
10. 25 m frisim mix Utmanaren
11. 50 m frisim damer Utmanaren/KM
12. 50 m frisim herrar Utmanaren/KM

Paus 5 min

13. 25 m föräldrafajten damer, valfritt simsätt
14. 25 m föräldrafajten herrar, valfritt simsätt
15. 50 m tränarfajten, mix valfritt simsätt
16. 3 x 25 m öppen lagkapp, mix valfritt simsätt
17. 3 x 25 m familjelagkapp, mix valfritt simsätt

Genrep luciatåg kl 14:15-15:00, samling i landträningsrummet.

Lucia kl 15.30

Insim kl 16:15-16:45

Tävling ca kl 17:00 - cirka 19:00

Funktionärssamling kl 16:40 i landträningsrummet.