

9 mars



Morgondagartävling

Tävlingen riktar sig till de allra yngsta simmarna i klubben och man tävlar mot sig själv. Tävlingen har olika kvalificerings tider. De första gångerna man tävlar simmar man 22,5 meter. Om man klarat av kvaltiderna vid en tidigare Morgondagartävling så tävlar man på den dubbla distansen, 45 meter. Alla kvaltider finner ni på vår hemsida, www.sydsim.nu.

Samling kl. 17.20 inne i simhallen
Tävlingen börjar ca kl 18.15
och beräknas vara klar ca.19.30

Alla simmare som deltar får medalj och bulle/dricka.
Ta med familjen och övrig släkt till Burlövsbadet för en härlig, trevlig och spännande kväll.

Välkomna!

OBS!

*Om man vill vara med och tävla anmäler man sig till sin tränare genom att lämna in nedanstående lapp. Lämna in lappen så snart som möjligt dock senast den 5 mars! Det går också bra att maila in sin anmälan till kansli@sydsim.nu. Ange namn, grupp dag samt vilken/vilka sträckor man vill simma.
Viktigt att fylla i vilken nivå/grupp ni går i t.ex. Morgondagare 1, Morgondagare 2 eller Hajen.*

Ringa in/stryk under det du vill simma. Man kan endast simma en distans av ett simsätt.

Jag vill simma	22,5 m	45 m	Fjärilsim
	22,5 m	45 m	Ryggsim
	22,5 m	45 m	Bröstsims
	22,5 m	45 m	Frisim (Crawl)

Namn: _____ Nivå/grupp: _____ Dag: _____

Anmälan senast den 5 mars!



Morgondagartävling

Så här går det till:

Samling:

Kl 17.20 samlas alla barn inne vid pingisbordet (mot den djupa delen av stora bassängen). Här finns instruktörer som prickar av barnen. Föräldrar och andra som är med för att titta på tävlingen får sätta sig på bänkarna bakom startpallarna.

Uppvärmning:

När alla barnen är avprickade har vi en gemensam uppvärmning på land. Därefter delas barnen in i grupper efter vilken nivå man simmar på (Morgondagare i en grupp, Hajar i en grupp o.s.v.) och uppvärmning i vattnet tar vid. All simning sker på bredden i 50-metersbassängen. Barnen får prova på att simma lite olika samsätt och efter en stund går alla upp och tar på sig en tröja/handduk eller liknande.

Tävling:

Instruktörerna tar hand om barnen på långsidan av bassängen så att alla barn hinner i tid till deras eget/egna lopp.

När tävlingen är slut vankas det bulle och dricka samt medalj till alla barnen.