



Inbjudan och anmälan MASS HK CUP 2010

Ni hälsas välkomna att delta i MASS nya, interna tävling lördagen 17 april i Åby simhall.

Tävlingen vänder sig till för ALLA i handikappsektionen.

Det är tillåtet med medföljare i vattnet vid behov – som flythjälp eller trygghet vid sidan om.

MASS HK CUP är en tävling där vi alla träffas, tävlar och har kul tillsammans under enkla former. Föräldrar/syskon behövs som funktionärer, för det är vi inom HK som sköter allt!

Tävlingsform:	Tävlingen genomförs i 2 heat per deltagare. Minsta tidsskillnad mellan första och andraheat vinner.
Distanser:	Alla simmar 2 x 25 m.
Simsätt:	Valritt och i samråd med tränare. Simmare som inte behärskar 25 m i korrekt simsätt, simmar så gott man kan. Det viktiga är att komma i mål!
Klasser:	Pojkar och flickor. Ev kommer vi att dela in deltagarna i fler klasser.
Priser:	Deltagarpriser till alla. Medaljer till placeringar 1, 2 och 3.
Bassäng och miljö:	8 banor i djup 25 m bassäng. MASS kommer att ha träning för andra träningsgrupper i andra delen av bassängen. Kl 10 öppnar badet för allmänheten.
Insläpp:	Åbybadets entré från kl 08.00.
Omklädning:	Allmänna omklädningsrum för damer resp herrar och där behövs 10 kr till skåp. Mindre omklädningsrum för damer resp herrar ENDAST för de som behöver, och då lånar man nyckel i kassan. OBS att medföljare måste ha samma kön som simmaren, för det finns inte privata omklädningsrum för tex mamma/son eller pappa/dotter.
Tävlingsstart:	Kl 08.30.
Uppvisningslopp:	Våra mästerskapssimmare simmar uppvisningslopp.
Tävlingslut:	Kl 09.45.



Inbjudan och anmälan MASS HK CUP 2010

Gemensamt fikaavslut:

Efter tävlingen bjuder vi på frukt, dryck, kaffe till alla simmare, funktionärer och publik i Café Sjöhästen.

Föräldrahjälp:

Ja! Vår förhoppning är att alla simmare har med en förälder/syskon som hjälper till under tävlingen, med undantag för de simmare som behöver medföljare i vattnet eller som stöd för att hantera omgivningen. Vi behöver bla 8 tidtagare och hjälp i sekretariatet.

Anmälan lämnas eller mejlas till din tränare, senast den 4 april.

Namn:

Födelseår:

Grupp:

Vi är med som funktionär (Namn):

Jag har med mig medföljare i vattnet (Ja/Nej):

Välkomna!

Hälsningar MASS