



INNBYDELSE TIL REKRUTTSTEVNE I KARMØYHALLEN

Dato: Søndag 25. september 2010
Stevne: Rekruttstevne
Svømmehall: Karmøyhallen, Kopervik

Innsømming: Kl. 10.00
Lagledermøte: Kl. 10.15
Stevnestart: Kl. 11.00

Premiering: Deltakerpremie til alle.

Egenandel: Ingen

Frist: Onsdag 14. september! **Maks 3 øvelser.**
Send melding på sms til Laila A. Larsen, tlf. 991 06 993, hvis ditt barn skal være med. Dere trenger ikke å bestemme øvelser, treneren vil velge ut for dere.

Øvelser:

01 / 02	100m bryst	jenter / gutter
03 / 04	50 m rygg	jenter / gutter
05 / 06	50m fri	jenter / gutter
07 / 08	50m bryst	jenter / gutter
09 / 10	100m fri	jenter / gutter
11 / 12	25m fri	jenter / gutter
13 / 14	4 x 50m fri	jenter / gutter