

|  |
| --- |
| Århus, den 12. januar 2020 |

**Invitation til:**

AAS3 (K3 i Skovbakken, HEI, IHF og Lyseng) & Talent.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OpvarmningHoldledermødeOfficialmødeStævnestart | Lørdag8:008:008:009:00 |  |
| STED | Vejlby-Risskov Idrætscenter. |
| FORPLEJNING | Svømmer medbringer selv forplejning. |
| MØDESTED OG TIDSPUNKT | Adgang til omklædningen kl. 7:45 |
| OFFICIAL | Vi har brug for officials med modul 1 og 2 – gerne mere… Da det er AAS, der står for afholdelse af stævnet, har vi også brug for hjælp til bl.a. * Klargøring lørdag morgen kl. 7.00
* Oprydning efter stævnet
* Diverse andre serviceopgaver (baderumsvagt M/K, medaljeuddeling, forplejning, oprydning, mv.)

Det er meget vigtigt at man melder sig til flest mulige opgaver. Så skal vi nok fordele forældrehjælp ligeligt mellem forældre. Vi er afhængige af, at flest mulige svømmer deltager med minimum én forældre, der kan hjælpe med forældrehjælp eller official. |
| KØRSEL | Egen transport. |
| HOLDLEDERE | Behøves ikke. |
| LØB | Løbstilmelding laves i fællesskab med træneren. Maks. 3 løb. |
| TILMELDINGSFRIST | Søndag den 8. februar. |

**Løb til stævnet:**

1-2 200m IM Drenge/ Piger

3-4 50m Ryg Drenge/ Piger

Holdkap kort skal afleveres senest 8:15 i sekretariatet.

5-6 100m Bryst Drenge/ Piger

7-8 100m Fri Drenge/ Piger

9-10 50m Fly Drenge/ Piger

11-12 200m Ryg Drenge/ Piger

13 8x50m fri mix Åben klasse. 4 piger & 4 drenge, valgfri rækkefølge.