



## PM

Mellansvenska Simförbundets breddläger för ungdom födda 2002-2005.

# Sala lördagen den 15 november

- Mål:** Att lära känna andra simmare, tränare. Lära sig nya övningar.  
Känna hur andra klubbar tränar med sina tränare.
- Tid:** 08:45 Samling vid Lärkans simhall, Sala  
09:00-11:00 Simning  
12:00 ca Lunch  
13:00-14:30 Gemensam aktivitet, frukt  
15:30-17:30 Simning  
17:30 Avslut med smörgås
- Deltagande klubbar:** Upsala S, Västerås SS, SK Ena, Sala SS
- Samordnande tränare:** Vitalik Gapanov, Upsala S, 070-2927357
- Ta med:** Träningskläder för inomhusaktivitet, simkläder och den simutrustning man brukar använda.
- Kostnad:** 150kr per deltagare. Faktureras i efterhand till föreningar.
- Mat:** Lunch, frukt och macka ingår.

VÄLKOMNA!/MSSFs Simkommité