

Invitasjon til Svømmestevne på Gol

8 november 2015.

Gol IL – svømmegruppa inviterer til stevne på Gol.
Stevnet er for alle svømmere, inkl. rekrutter.

Stevnet finner sted i Gol Svømmehall.

Innsvømming kl. 11.00.

Stevnestart kl. 12.00

Program:

25 m bryst,

25 m fri

25 m rygg

25 m butterfly

Stafett 4 x 25 m fri – mix

Pause

50 m bryst,

50 m fri

50 m rygg

50 m butterfly

100 m Medley

Stafett 4 x 50 m fri – mix

Stevnet avsluttes.

Diplom til alle deltagere.

Påmelding innen 1. november 2015 til: ove@skaruha.no

Pris pr. utøver er kr. 30,-

Det vil være enkel kiosk i foajeen.

Hjertelig velkommen til svømmestevne i Hallingdal!

