Hej!

Den 1 juli åker vi till Borås på läger följt av tävlingen NUSS.

Starlistan ligger ute på *www.livetiming.se* men om ni har svårt att hitta tävlingen där så kan ni gå in på *www.skelfsborg.com* och klicka er vidare därifrån.

Det visade sig att det var tufft att komma med i vissa åldersklasser i år. Men alla kommer att tävla antingen i lag eller individuellt. Kom ihåg att NUSS är till för att att förlänga er tränings och tävlingssäsong och att ni kommer dra nytta av det i höst!

Det hade varit toppen om någon av er simmare vill ta med en volleyboll och fotboll om ni har!

**VIKTIGT!**

Föräldrar, var vänlig och skicka ett sms eller email till David om ni har möjlighet att köra till Borås på fredag eller hem ifrån Borås den 10 juli. Skriv även antal simmare som ni har möjlighet ta med er. Tusen takk!

**Avresa** Vi åker bil ifrån Remmen kl. 13:00 den 1 juli. Glöm inte att äta lunch innan vi åker. Samt att ni har med er matpakke att äta påvägen till Borås.

**Hemresa** NUSS simmarna: 10 juli. Efter sista tävlingspasset.

 NM simmarna: 11 juli.

**Logi** Borås Camping Saltemad. Vi kommer bo i stugor, så ta med egna sängkläder.

**Mat** Äter vi i byggnaden bredvid simhallen. Den ligger bredvid ingången till djurparken.

**Träning** Kommer att genomföras på Borås Simarena.

**Träningstider** FM EM

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 01-juli |   |   | 17:00 | - 19:00 |
| 02-juli | 09:00 | - 11:00 | 17:00 | - 19:00 |
| 03-juli | 09:00 | - 11:00 |   |   |
| 04-juli | 09:00 | - 11:00 | 17:00 | - 19:00 |
| 05-juli | 09:00 | - 11:00 |   |   |
| 06-juli |   |   | 17:00 | - 19:00 |
| 07-juli | 09:00 | - 11:00 |   |   |
| 08-juli | NUSS |   |   |
| 09-juli | NUSS |   |   |
| 10-juli | NUSS | Hemresa |
| 11-juli | NM-simmare Hemresa |

**Utstyr**

Platta, Paddlar, Fenor, Snorkel, Vattenflaska, HSK kläder, Gympaskor,

Träning och tävlings baddräkt/badbyxor.