

**PM & deltagarfört, sponsorsimmet lördagen den 28 januari 2012.**

**Plats:** Centralbadets 25 m bassäng, klockan 10.00-11.00

**Samling:** 9.15 vid hopptornet.

**Start:** 10.00 Simmarna startar med 5 s. mellanrum. Startordning ser ni på baksidan.

**Regler:** Simningen pågår i exakt 1 timma. Vid slutskott får ni simma färdigt påbörjad 50-meterslängd om ni hunnit mer än 10 m. Du får vila när du vill och simma vilket simsätt du vill. Om du bryter eller går upp för att kissa, så måste du göra det vid startsidan och säga till funktionären på din bana.

**Dricka:** Under loppet får ni dricka. Ta med dryck själva.

**Återbud:** Meddela kansliet eller din tränare snarast om du ej kan simma.

**Frågor:** NKK's kansli, telefon: 011 -10 15 40.

**Övrigt:** Det finns fortfarande tid att skaffa sponsorer, jobba på !!!!

**Banfördelning:** Se baksidan.

**OBS Funktionärsbehov!** Ni som kan hjälpa till som funktionärer hör gärna av er till PA 011-101540 eller mail [pa.blomquist@nkk.se](mailto:pa.blomquist@nkk.se)

**Simning med fart, NKK så klart !**

