

# Simkunnighetens dag

## Lördag 28 januari

10-11 Sponsorsim Barncancerfonden

NKK:s ungdomar simmar för att hjälpa barn med cancer.

11-11<sup>45</sup> Vattenträning cross fit

11-16 Tipspromenad med chans att vinna en Ipod.

12-15 Vattenprovet, 200 m varav 50 m på rygg.

Crawl instruktion

Utmaning 1 – pricka världsrekordet

Utmaning 2 – Utmana NKK:s snabbaste simmare på 25 m

För varje person som antar en utmaning skänker Medley 50 kr till barncancerfonden

13-14 Rutschbanerace – tävling i våra snabba, långa rutschkanor. Från 8 år och uppåt, simkunnighet krävs!

Vi önskar alla varmt välkomna!

