

## ”Fadderskap” och Håkans gruppbesök hösen 2013.

### Faddersystem:

En kille och en tjej ur Elitgruppen, samt 2 från A/B-gruppen kommer att ha var sin grupp som de skall vara fadder för. Det innebär att de skall besöka sin grupp ca. en ggr/månad och då vara behjälplig med start, vändning, teknik och drillsövningar etc. (här kan coacherna ha önskemål och idéer). De har dessutom till uppgift att visa extra stort intresse för gruppens simmare, lära sig namnen på simmarna, hälsa på dem, kolla efter tävlingar vilka som slagit pers och gratulera.

### Följande är faddrar år 2013-2014:

Grupp	Ansvarig tränare	Faddrar	Dag o tid (med reservation för ändringar)
A/B-gruppen	Mats Sjöstrand	Michelle Franzén – Marcus Forsgren	Söndag 15.00-16.00
D1-gruppen	Mikael Wåhlin	Henrik Podéus – Elin Podéus	Torsdag 18.30-19.30
D2-gruppen	Micke Römert	Rebecca Diaz Nilsson – Hampus Lovinge	Söndag 16.45-17.45
E-gruppen	Stephanie Hertzman	Oskar Renåker – Linnea Sterner	Onsdagar 16.00-17.00
Guldfiskarna	Micke Römert	Alexander Frost – Hugo Rydberg	Söndag 16.00-17.00

Första fadderbesöket på tävlingsgrupperna görs ihop med Håkan, temat då blir start och vändningar.

A/B-gruppen: Torsdag den 19/9 kl. 15.45-16.45

D1-gruppen: Söndag den 29/9 kl. 18.30-19.30

D2-gruppen: Måndag den 30/9 kl. 17.15-18.00

E-gruppen: Onsdag den 18/9 kl. 15.30-16.30

### I övrigt blir fadder-besöken följande veckor under hösten:

Vecka 41-42, Vecka 45-46, Vecka 51

### Schema för Håkan´s gruppbesök under våren. (första besöket enligt ovan)

<u>A/B</u>	<u>D1</u>	<u>D2</u>	<u>E</u>	<u>TEMA</u>
Torsdagar 15.45-16.45	Tisdagar 15.45-16.45	Måndagar 17.15-18.00	Onsdagar 16.00-17.00	
24/10	29/10	28/10	23/10	Fjärilsim
28/11	27/11	18/11	26/11	Ryggsim
19/12	10/12	9/12	18/12	Bröstsims

Väl mött !  
/ Håkan