

Infoskriv Høsten 2017



Informasjon fra Horten Svømmeklubb

- Treningsleir 25-27 august for alle grupper
- Foreldre- og svømmermøte 27 august
- Oppstart av normal trening etter sommerferien, uke 35
- Stevner høsten 2017

Horten Svømmeklubb inviterer til treningsleir

Tradisjon tro arrangerer Horten Svømmeklubb oppstartsleir for alle treningsgruppene. Det er lagt opp til mye trening og gøy. Dette er noe alle svømmere bør bli med på 😊

Egenandel pr deltager er kr 300,- (dekker mat lørdag og søndag, samt leie av lokaler)

Påmelding via Mindrett innen 21. august kl 23:59

Fredag 25 august:

- Kl 18:00 Oppmøte og registrering Knudsrødhytta (Knudsrødveien 77, 3189 Horten).
- Kl 18:10 Innlosjering og sette opp telt
- Kl 19:00 Informasjon og gjennomgang av helgen
- Kl 20:00 Kveldsmat (alle har med egen matpakke)

Lørdag 26 august:

- Kl 07:30 Frokost
- Kl 08:45 Sykle til Horten Svømmehall (alle må ha med egen sykkel, lås og hjelm)
- Kl 09:00-11:00 Svømmeøkt #1
- Kl 12:00 Lunsj i Knudsrødhytta
- Kl 14:15 Sykle til Horten Svømmehall
- Kl 15:00-17:00 Svømmeøkt #2
- Kl 18:00 Middag i Knudsrødhytta

Søndag 27 august:

- Kl 08:00 Frokost
- Kl 08:30 Pakke telt og utstyr
- Kl 09:15 Sykle til Horten Svømmehall (all bagasje blir fraktet til svømmehallen med bil)
- Kl 10:00-12:00 Svømmeøkt #3
- Kl 12:30 Foreldre/svømmermøte i Horten Svømmehall
- Kl 13:30 Hjemreise

Klubben organiserer mat lørdag og søndag. Det er mulighet for noen å overnatte innendørs, men vi anbefaler å ligge i telt under oppholdet. Deltagere må selv stille med telt og avtale hvem som skal sove i hvilket telt. Foreldre bør hjelpe til med opp- og ned rigging.

For å begrense inntak av snop, kan hver utøver maksimalt ha med godteri og brus til en verdi av 50,- kroner som varer hele helga.

Husk: badetøy, telt, sovepose, liggeunderlag, lommelykt, sykkel, sykkelhjel, sykkellås, toalettsaker, ekstra skift, varme klær og kanskje regntøy?

Foreldre og svømmermøte

Horten Svømmeklubb innkaller herved til møte med alle svømmere og foresatte, søndag 27. august 2017 kl 12:30 i Horten Svømmehall.

Oppstart av trening etter sommerferien

Vi begynner normal trening for alle grupper mandag 28 august. Se timeplan for din gruppe på hjemmesiden til klubben: <http://www.hortensk.net/treningstider/treningstider/>

Rekruttstevner høsten 2017

Alle C-svømmere bør bli med på disse stevnene. Det styrker motivasjon, prestasjon, lagånd og samhold å være med på disse stevnene. Følg med på hjemmesiden/facebook for oppdateringer.

- 02.09.2017, Sandefjord
- 23.09.2017, Larvik
- 14.10.2017, Horten
- 11..11.2017, Tønsberg
- 02..12.2017, Holmestrand

Approberte stevner høsten 2017

A+B, samt noen C-svømmere bør bli med på disse utvalgte stevner denne høsten:

- 16-17.09.2017, Grenland TYR Cup, Porsgrunn
- 30.09.2017, Horten Open
- 14-15.10.2017, Olavslekene, Sarpsborg
- 28-29.10.2017, Slottsfjell Open, Tønsberg
- 03-05.11.2017, Nordsjøstevnet (for de som kvalifiserer seg)
- 12.11.2017, Høstduppen, Moss
- 25.11.2017, Fjordsvøm, Sandefjord

Utmelding fra klubben

Dersom du ikke lenger ønsker å være medlem av klubben, så kan du melde deg ut via MinIdrett. Se brukerveiledning for utmelding:

https://itinfo.nif.no/Min_idrett_brukerveiledning#Avslutt_medlemskap

Med vennlig hilsen

Horten Svømmeklubb

<http://www.hortensk.net/>