



DEL FANA CUP



Onsdag 3. oktober 2018, kl.18.00 i Slåtthaughallen, er det igjen klart for Delfana-cup.

Dette klubbstevnet arrangeres fire ganger i året, og her deltar alle klubbens medlemmer, ifra svømmekurs til elitenivå. Alle kursbarna svømmer 25m fri hver gang, mens de aktive svømmerne i klubben svømmer 50m (12år o.y) eller 100m (13år o.e) butterfly, crawl, bryst og rygg fordelt på de fire Delfana-cupene. Det er også en Old Boys- og Good Girls-klasse, slik at foreldre, trenere og tidligere svømmere kan prøve seg på en 50m fri.

Innsømming starter kl. 18.00 og stevnet kl. 18.30.

Etter at svømmingen er unnagjort, blir det mat og drikke i kantinen, samt utdeling av Delfana-sløyfe til alle deltakere. NB! Kantinen åpner så fort siste heat er ferdig.

Øvelser:

- | | | | |
|----|---------|------------|----------|
| 1. | 100 bfl | jenter | 2005 o.e |
| 2. | 100 bfl | gutter | 2005 o.e |
| 3. | 25 fri | jenter | kursbarn |
| 4. | 25 fri | gutter | kursbarn |
| 5. | 50 bfl | jenter | 2006 o.y |
| 6. | 50 bfl | gutter | 2006 o.y |
| 7. | 50 fri | Good Girls | |
| 8. | 50 fri | Old Boys | |



Kursbarna melder seg på ved å sende navn og fødselsår til laila@delfana.no innen søndag 30. september. De aktive svømmerne (BSE, BSB, K1, K2, T1, T2, T3) melder seg på til treneren sin innen søndag 30. september.

Pris pr. deltaker er 20kr. Dette dekker mat, drikke og deltakersløyfe.

Voksne: 50kr

Det vil bli salg av Delfana-effekter under arrangementet.

Velkommen!!

VÅRE SAMARBEIDSPARTNERE:

