



## Teknikutmanare 2019 omg 2

---

Teknikutmanaren är en intern "träningstävling" där simmare från Hajen guld, teknikgrupperna, medleygrupperna och Tävling 4 deltar. Syftet är att barnen får en chans att testa sina färdigheter under tävlingsliknande former. Man tävlar och simmar enbart mot sig själv och får medalj (guld, silver, brons) efter hur snabbt man simmar. Det koras alltså ingen enskild vinnare, utan alla som simmar är vinnare. Vilka sträckor man simmar beror på vilken grupp man går i.

**Tävlingsdatum:** 23/5–2019

**Tävlingsplats:** Höganäs Sportcenter (Hopptorns bassängen)

**Tävlingstider:** Samling 17:15 insim 17:30 start 18:00

**För vem:** Hajen Guld, Teknik Brons, Teknik silver, Teknik Guld, Medley och T4

**Anmälan:** Sker senast 13/5–2019 mejlas till [hss.anmalan@gmail.com](mailto:hss.anmalan@gmail.com)  
Ex: *Andreas Lundberg i Teknik Silver 2 vill simma.*

**Ansvarig tränare:** Fanny Östh, [fannyosth.hss@gmail.com](mailto:fannyosth.hss@gmail.com)

**Bra att ha med sig:** T-shirt, vattenflaska, badmössa, simglasögon och simkläder

### Vad man simmar:

**Hajen guld:** 25 ryggsim, 25 valfritt  
**Teknik Brons:** 50 frisim, 50 ryggsim  
**Teknik Silver:** 50 bröstsim, 50 frisim  
**Teknik Guld:** 25 fjärl, 50 bröstsim  
**Medley:** 100 medley, 50 frisim  
**Tävling 4:** 100 medley, 50 frisim

*Vid frågor kontaktar man Fanny Östh [fannyosth.hss@gmail.com](mailto:fannyosth.hss@gmail.com)*

---

**Postadress**

Friluftsvägen 10  
263 54 Lerberget

**E-post**

[hss.kansliet@gmail.com](mailto:hss.kansliet@gmail.com)

**Bankgiro**

406-3376

**HÖGANÄS**  
simsällskap