



2019-05-01

INBJUDAN SOMMARHOPP 2019

Nu är det dags att anmäla sig till vårt årliga sommarhopp.

Sommarträningen hålls under veckorna 25-27 mellan kl. 09.00–15.00.

Dagarna innehåller först och främst simhoppsträning men även landträning och utomhusaktiviteter.

Inbjudan vänder sig till simkunniga barn och ungdomar, födda 2013 och tidigare. Akrobatik, balans, stil och styrka är några av de olika förmågorna man tränar på.

Anmälan sker till

Södertälje Simsällskap via e-post: simhopp@sss.se

Uppge namn, personnummer och fullständiga adressuppgifter ifall ni inte är medlemmar sedan tidigare. Vi har begränsat med platser så anmäl er så fort som möjligt. Först till kvarn gäller! Det går bra att anmäla sig till enstaka pass eller alla veckor.

Plats: **Sydpoolen**

Utrustning: Kläder för idrott inomhus och utomhus. Badkläder. Vattenflaska. Hänglås.

Program:

Pass 1	kl. 09.00	Samling och uppvärmning vid tävlingsbassängen.
Pass 1	kl. 09.30–11.00	Simhopp.
	kl. 11.00–12.00	Lunch.
Pass 2	kl. 12.00–13.30	Landträning och utomhusaktiviteter.
Pass 2	kl. 13.30–15.00	Simhopp.

Mat: Medtag egen lunch! Det är klokt att även medta egna bestick. Det finns kylskåp och mikrovågsugn i föreningens pentry. Hoppare och tränare äter gemensamt.

Kostnad:	v. 25	4 dagar, 17-20/6	800kr
	v. 26	5 dagar, 24-28/6	1000kr
	v. 27	5 dagar, 1-5/7	1000kr

Enstaka pass, 150kr, enskild dag, 2 pass, 250kr.

Avgiften faktureras efter sommarhopp baserat på deltagandet. Icke medlem debiteras med ytterligare 200kr för medlemskap, vilket gäller för hela 2019.

Övrigt: De aktiva har ledartillsyn vid träningarna och under lunchen, dock inte i omklädningsrummen.

Har ni frågor är ni välkomna att kontakta Peter Axtelius via e-post: simhopp@sss.se eller tfn: 070-380 78 38.

Välkomna med er anmälan

