

Master's säsongen 2018-2019

Info:

Utökade masters träning under denna säsong kommer det finnas möjlighet till flera träningstillfällen. Onsdagen är kvar som teknik tillfälle övriga tillfällen som är möjliga att träna på kommer vara samtidigt som övriga tävlingssimmare där kommer det finnas pass att simma, men tränaren kommer vara samma som för övriga grupper så mindre fokus på teknik utan mera kondition och styrka.

<i>Dag och tid:</i>	<i>Pass inriktning:</i>	<i>Tränare:</i>
Tisdag: 6:15-7:30	Spark (Samtidigt som grupperna A-,B-, UMK.Ä)	Kytte
Onsdag 20:00-21:00	Teknik (Samtidigt som gruppen Crawlteknik)	Kytte
Torsdag 6:15-7:30	Drag (Samtidigt som grupperna A-,B-, UMK.Ä)	Kytte
Lördag: 10:00-12:00	SS (Samtidigt som grupperna A-,B-, UMK.Ä)	Kjell/Kytte/Björn

Tävlingar:

Ni behöver ha tävlingslicens för att delta på dessa (ej vid special tillfällen, Nyårssimmet och prova på tillfällen) tävlingslicens ansökan hittar ni under följande länk:

<https://uimaliitto.lisenssikauppa.fi/shop/> (finska)

- KM deltävlingar (ca. 7 tävlingar under säsongen)
- Vikingsimmet 2018 6-7.10 Mariehamn speciell Masters klass
- Masters FM (50 bana) 26-28.10 Åbo
- Nyårssimmet 31.12 Mariehamn
- Masters FM 29-31.3 Mariehamn (25bana)

Vid tävlingar står klubben för startavgifter och deltagarna för övriga kostnader.

Terminsavgift:

Onsdag endast: 100€

Möjlighet till 4 simpass veckan: 200€

Samt tillfälle där rehab axelövningar 2ggr terminen kommer ske på lördagar efter simning

Filmning och kortare genomgång av teknik samt förbättrings möjligheter.

Mera info:

Christoffer Kytömäki 0400716380 eller christoffer_aland@hotmail.com

/Kytte