

Simning

UMEÅ 8–10 DECEMBER

>> Simning är en rolig motionsform och idrott som är skonsam för kroppen. Man får testa roliga övningar, träffa nya kompisar och får tips på hur man kan förbättra sin simteknik.

>> Förkunskaper: Man ska vara vattenvan, det vill säga man ska kunna flyta och vara bekväm med att vara i vatten där man inte bottnar och att ha huvudet under ytan.

>> Ta med badkläder och simglasögon (samt gärna badmössa, speciellt om man har långt hår). Simfenor och bensparksplattor finns att låna.

Max antal deltagare i utveckling: 10

Max antal deltagare i mix: 10

Arrangör: Umeå Simsällskap

Kontaktpersoner:

Martin Lindvall

uss.breddansvarig@gmail.com

070-4100660

Annika Friberg

annika.friberg@svensksimidrott.se

010-4507178

Anmälan:



**START YOUR
IMPOSSIBLE
CAMP**