



LAGUPPSTÄLLNING SERIESIM Div. 1 omg. 4 2018/2019

NÄR: 31 mars

VAR: Högevallsbadet, Lund

SAMLING: Insläpp 12.15

TIDER: Insim: 12.30 Start: 14.00

ANSVARIG TRÄNARE: Elin Nilsson 073-3236379

TRÄNARE: Sara Z, Maria V

- | | | | |
|---|-----------------------|--------------------------------------------|-------|
| 1 | 4 x 50 medley Flickor | Amanda P, Charlotte K, Kristina O, Sarah F | Start |
| 2 | 4 x 50 medley Pojkar | Joris J, Hugo L, Bill B, Axel B | |

PAUS 5 MIN

Heat 1

Heat 2

- | | | | | |
|---|--------------------------|----------------------|-------------------|--------|
| 3 | 50 Frisim Flickor 11 o y | Hedda Lennartsson 08 | Emelina Bech 08 | 10 min |
| 4 | 50 Frisim Pojkar 11 o y | Ahmed Khattab 08 | Anton Vitazka 08 | |
| 5 | 100 Frisim Flickor 12-13 | Alicia Ekelund 07 | Sarah Fransson 06 | |
| 6 | 100 Frisim Pojkar 12-13 | Filip Brodelius 06 | Axel Bech 06 | |
| 7 | 100 Frisim Flickor 14-15 | Amanda Persson 05 | Julia Osterman 04 | |
| 8 | 100 Frisim Pojkar 14-15 | Aram Kazarian 05 | Seth Nillund 05 | |

- | | | | | |
|----|----------------------------|-------------------|---------------------|--------|
| 9 | 50 Bröstsım Flickor 11 o y | Shizuku Maruta 08 | Ella Ekelund 09 | 35 min |
| 10 | 50 Bröstsım Pojkar 11 o y | Isak Darwish 08 | Alp Naoumov 08 | |
| 11 | 100 Bröstsım Flickor 12-13 | Vilma Gajmark 06 | Charlotte Krüger 07 | |
| 12 | 100 Bröstsım Pojkar 12-13 | Stefan Ivan 07 | Filip Brodelius 06 | |
| 13 | 100 Bröstsım Flickor 14-15 | Amanda Persson 05 | Kristina Orban 04 | |
| 14 | 100 Bröstsım Pojkar 14-15 | Bill Beckman 05 | Hugo Lennartsson 04 | 1 tim |

PAUS 15 MIN

- | | | | | |
|----|---------------------------|----------------------|-------------------|--------------|
| 15 | 50 Ryggsım Flickor 11 o y | Emelina Bech 08 | Ella Ekelund 09 | 1 tim 15 min |
| 16 | 50 Ryggsım Pojkar 11 o y | Ahmed Khattab 08 | Finn Nillund 08 | |
| 17 | 100 Ryggsım Flickor 12-13 | Sarah Fransson 06 | Alicia Ekelund 07 | |
| 18 | 100 Ryggsım Pojkar 12-13 | Joris Jokubka 07 | Axel Bech 06 | |
| 19 | 100 Ryggsım Flickor 14-15 | Linnea Liljenfors 04 | Tea Winblad 04 | |
| 20 | 100 Ryggsım Pojkar 14-15 | Bill Beckman 05 | Seth Nillund 05 | |

- | | | | | |
|----|-----------------------------|---------------------|----------------------|-------------|
| 21 | 25 Fjärilsım Flickor 11 o y | Shizuku Maruta 08 | Hedda Lennartsson 08 | 1tim 45 min |
| 22 | 25 Fjärilsım Pojkar 11 o y | Nils Söderberg 09 | Anton Vitazka 08 | |
| 23 | 50 Fjärilsım Flickor 12-13 | Charlotte Krüger 07 | Vilma Gajmark 06 | |
| 24 | 50 Fjärilsım Pojkar 12-13 | Stefan Ivan 07 | Ivar Mengelbier 07 | |

- | | | | | |
|----|----------------------------|------------------|---------------------|--|
| 25 | 50 Fjärilsım Flickor 14-15 | Tea Winblad 04 | Kristina Orban 04 | |
| 26 | 50 Fjärilsım Pojkar 14-15 | Aram Kazarian 05 | Hugo Lennartsson 04 | |

PAUS 5 MIN

- | | | | |
|----|-----------------------|-----------------------------------------------------|--------------|
| 27 | 5 x 50 frisim Flickor | Kristina O, Amanda P, Sarah F, Charlotte K, Emelin: | |
| 28 | 5 x 50 frisim Pojkar | Hugo L, Bill B, Alex B, Joris J, Anton V | 2 tim 15 min |

Uttaget lag är preliminärt, framförallt lagkapperna!

**Lycka till! ! ! Kör hårt!!! LILA T-SHIRT PÅ
Seriesimträning fredagen den 29 mars kl. 17.15-18.30**