



Träningsläger T4, Teneriffa

- Plats:** La Caleta, Tenerife Top training
- När:** Söndag den 10 Februari – Söndag den 17 Februari
- Samling:** Landvetter Söndag den 10 Februari kl.14:15, avresa med Norwegian Air 16.15 ankomst kl. 20.45 Teneriffa South. (cirka 5 timmar) En buss hämtar oss och kör de 20 min till hotellet Jardin Caleta.
- Hemresa:** Den 17/2 kl. 09.00 fr Teneriffa South beräknad att anlända 15.25 Landvetter
- Logi:** Hotell Jardin Caleta i flerbäddsrum. Cirka 12 min gångavstånd till bassängen.
- Mat:** Helpension hotel Jardin Caleta. Mat: varierande buffé varje dag.
- Träning:** Utomhus 50 meters och 25m bassäng. Medtag simträningsutrustning (plattor finns) samt kläder för landträning.
- Tränare:** Claire Vilshed och Glen Christiansen
- Ledare:** Lennart Mentor
- Kostnad:** 6900kr, betalas på Göteborg Sims hemsida under fliken boka/betala aktiviteter senast onsdagen den 10 januari. Anmälningavgift är 1500 kr och betalas 15 November. Anmälan är bindande.
- Information:** se Tenerife Top Training (www.tenerifetoptraining.com) Vi kommer att göra en teknikanalys i den berömda the Flume (simmrännan)