



# 100 X 100

## Meter Schwimmen

### der DLRG OG WEENER & des TuSWeener



am

**18.08.2019**

Im Friesenbad Weener

Treffen: 13:00 Uhr  
DLRG Hütte

Start: 13:30 Uhr

Startzeiten 100 X 100 auf:

Gruppe 1) 02:15 Minuten

Gruppe 2) 02:00 Minuten

2 Pausen a 10 Minuten

Ende Gruppe 1) ca. 18:00 Uhr

#### Allgemeine Informationen

Das 100x100 Schwimmen ist als konditionelle Herausforderung für geübte Schwimmer gedacht. Teilnehmen ist toll, durchhalten kein Muss...

Bitte denkt an ausreichende/n, stetige/n Flüssigkeitsausgleich und Energiezufuhr.

Anmeldung bei: Jens Strauch  
(jens\_strauch@yahoo.de)

Bis zum 11.08.2019

Externe Teilnehmer sind herzlich willkommen, jedoch bitten wir um vorherige Anmeldung und Abgabe der unterschriebenen Gesundheits- & Datenschutzerklärung.

Kosten: Eintritt Friesenbad Weener

Es wird keine Haftung übernommen, Teilnahme nur für Schwimmer ohne gesundheitliche Beeinträchtigungen und nach Anmeldung.