



## Inbjudan

### Läger 26 - 29 augusti 2023 i Älvdalen för SM/JSM, SUM-SUM & DM simmare

För fjärde året kommer vi att genomföra ett gemensamt läger för SM/JSM-, Sum-Sim- och DM-simmare i Älvdalen. Vi kommer att bo och äta alla måltider på Älvdalens hotell. Utifrån de utvärderingar som gjordes efter förra lägret, så har vi engagerat flera tränare, fortsatt fokusera på landträning och tagit med en ny kreativ resurs för att göra aktiviteterna utanför träningen mera strukturerade. Målet är att bredda gemenskapen och sammanhållningen över klubbgränserna, erhålla bra utvecklande träning, nya erfarenheter och motivationer och inte minst ha roligt under några dagar!

**Kriterier:** Följande uttagningskriterier gäller:

- **SM/JSM** – GP kvalat individuellt under 2022/2023
- **Sum-Sim** (födda 2007-2010) – kvalade till Riksfinal hösten 2022 eller klarat kvaltid individuellt Sum-Sim sommaren 2023.
- **DM** (födda 2010 o tidigare)– klarat kvaltid individuellt, I MINST TVÅ GRENAR.  
*Dessa simmare kommer att fördelas i grupperna SM/JSM eller Sum-Sim beroende av sin ålder.*

**Det är mycket viktigt att man är skadefri vid lägertillfället, så att man från start kan delta i lägrets alla aktiviteter. Vid minsta symptom av tex förkylning innan lägerstart så får simmaren/ledaren avstå att vara med på lägret.**

**Tränare:** Meddelas senare. Vi önskar även att deltagande föreningar har en tränare med på lägret.

**Program:** Samling lördag 26 augusti kl 15.00 och avslut med lunch tisdag ca 13.00  
OBS i år är alla kategorier med hela perioden

**Transport:** Vi planerar att boka en buss som går mellan Mora-Älvdalen den 26 augusti och Älvdalen-Mora den 29 augusti. Tider för detta måste vi återkomma med när tågtiderna är klara.  
Bussresorna ingår i lägerpriset.

**Ett komplett program kommer i samband med att PM går ut inför lägret.**

**Logi/Mat:** Boende (7-bädds/4-bädds/3-bädds och 2-bäddsrum) och mat på Älvdalens hotell.  
<http://www.hotellaelvdalen.se/sv/>, MSSF kommer att göra rumsindelningen.  
**OBS - Ange eventuella allergier i samband med anmälan.**

**Aktiviteter:** Sara Junevik, landslagssimmare är planerad att föreläsa och vara med på praktiska moment under delar av träningen. Vi hoppas på att få med ytterligare en landslagssimmare. Anna Lundeborg leg. naprapat som bland annat jobbar med landslagen i simning kommer att ta hand om landträningen.



**Avgift:** **1400:- / deltagare**  
Faktureras till respektive förening i efterhand

**Anmälan:** Via länken: <https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1761184> senast söndag 9 juli juli – OBSERVERA SISTA ANMÄLNINGSDATUM!

**Ange vilken kategori simmaren tillhör (SM/JSM-kvalad, Sum-Sim-kvalad eller DM-kvalad) samt anhörigkontakt till respektive simmare.**

*Anmälan är bindande. Vid avanmälan efter den 10 augusti 2023 kommer de kostnader som ej är avbokningsbara för MSSF att faktureras till föreningen.  
Om MSSF väljer att ställa in lägret kommer ingen kostnad att belasta de deltagande föreningarna.*

**Frågor:** Besvaras av Janne Olsson, [kansli.mssf@vstmidrotten.se](mailto:kansli.mssf@vstmidrotten.se), Mellansvenska Simförbundets kansli, 010-476 48 35