



Välkommen till NIU Simning & Triathlon i Upplands Väsby!

Den första oktober välkomnar vi - Väsby Simsällskap, Väsby Triathlon och Väsby Nya Gymnasium alla simmare och triathleter till provträning med Väsby's tränare samt en rundtur på Väsby Nya Gymnasium guidade med NIU ansvariga lärare!

DATUM: 1 OKTOBER 2023

Start kl: 08:00	Samling på Vilundabadet i Upplands Väsby
08:15-08:30	Genomgång av dagen, träffa alla tränare och lärare
08:30- 08:45	Stretching/Uppvärmning inför Pass 1
09:00-11:00	Träningspass 1
11:30-12:30	Gemensam lunch
12:30-14:00	Runttur på Väsby Nya Gymnasium Presentation av NIU utbildningen och vad skolan/föreningen erbjuder
14:30-15:30	Träffa nuvarande/gamla NIU elever på Vilundabadet
16:00-18:00	Träningspass 2
Avslutning kl. 18:15	Dagen avslutas på/runt Vilundabadet Upplands Väsby

Anmäl dig via [länken](#) senast den 26 september. Vid frågor tveka inte på att kontakta någon av oss!

VSS Klubbchef	Sophie Lai	Sl@vss.se
VSS Huvudtränare	Malin Borensjö	Mb@vss.se
VSS NIU Simning	Kevin Lai	Kl@vss.se
VSS NIU Triathlon	Johan Andersson	johan.andersson@edu.upplandsvasby.se
VNG NIU Ansvarig	Mårten Storm	marten.storm@edu.upplandsvasby.se

**Vi ser framemot att
träffa dig!**