



## Träningsläger i Älvdalen 2004

Veckan innan skolstart var Bollnäs Simsällskap på träningsläger i Älvdalen. Totalt deltog 25 simmare från klubbens A, B och C grupp. A gruppen var där i 8 dagar – simtränade 13 sim o styrkepass samt ett löp pass. Totalt simmade de över 70 000 m dvs. 7 mil! B gruppen var där i 5 dagar och C gruppen i 3 dagar!

Detta läger har gett dem en bra grund att stå på inför höstens träningar och tävlingar – där ett av de större målen är SUM SIM regions final– dvs. ungdoms SM – i slutet av oktober samt ev. SUM SIM Riksfinal i mitten av november!

Älvdalens anläggning är relativt nybyggd – 1992 invigdes den! Simhallen består av 8 banor - 50 m lång och ligger inomhus! Mycket imponerande – då det bara finns ett fåtal sådana anläggningar i Sverige – de flesta söderut ... Badet är hopbyggt med ishallen – där också en hel del läger hålls! F.n. tränar Moras nya elitserielag där – då de håller på och bygger om deras egen hall!

Boendet skedde i stugor på deras camping i direkt anslutning till Sim o ishallen. Mat lagades av föräldrar till simmarna och tre av klubbens tränare skötte träningen! Fler läger kommer nog att hållas där i Älvdalen framöver för Bollnäs simmarna.

**Vi som var med på lägret 14-21 augusti i Älvdalen ;**



Stående fr.vä; Tränarna Per Lindén, Jenny Hansson och Marie Lapinski. Simmarna Lisa Svensson, Jennie Svensson, Maja Magnusson, Hanna Andersson, Moa Nilsson, Jessika Eriksson, Emilia Olsson, Daniel Lindén, Robin Svensk, Anna Schöning och Elin Nilsson

Sittande fr.vä; Mattias Johansson, Minica Kraft, Olivia Mellgren, Elin Thor, Isabella Arnius, Lisa Magnusson, Astrid Svensk-Hultin, Emelie Tegnér, Sofie Andersson, Emma Svensson, Cimin Ghaffari, Sara Ghaffari, Jessica Hansson och Matilda Åhlström.

MVH Per Lindén