



När simmade Du 200 meter i öppet vatten senast?

Dagen riktar sig till dig som är simkunnig från 18 år och vill testa din simkunnighet och utveckla din vattensäkerhet tillsammans med oss, Svenska Livräddningssällskapet och Gribbylunds Fastighetsägareförening

**HOPPAS VI SYNS
ONSDAG 16 JULI 2025**

Vi är på Ängsholmsbadet som ligger i
Täby, från kl.13.00

- Börja att simma 200 meter och klarar man det kommer dom första 40 personerna få simborgarmärket kostnadsfritt.
- Simborgarmärken kommer att finnas för försäljning på plats.
- Det kommer finnas livboj, hansalina och flytvästar för er som vill lära er mer eller testa på.
- Ni som är intresserade av hjärt-lungräddning (HLR) kommer det finnas en docka att prova på och vi berättar mer om hur en kurs går till.
- Larmrutiner, stabilt sidoläge och allmän kunskap i och kring vatten.



SIMBORGARMÄRKET

Det är bra att regelbundet testa sin simkunnighet. Det gör du genom att simma 200 meter valfritt simsätt, bröst- eller ryggläge. Simborgarmärket har sedan 1934 varit ett bevis på att man håller sin simkunnighet uppdaterad.

VÄLKOMNA!

Önskar vi från Svenska Livräddningssällskapet och
Gribbylunds Fastighetsägareförening