

Einladung zum
12-Stunden-Schwimmen
am Samstag, 12. Oktober 2013
von 10 Uhr bis 22 Uhr
im Sonnenbad am Rheinhafen

Startgebühr: 1 Euro

Der Eintritt für Bad und Sauna
ist in der Startgebühr enthalten.

Jeder geschommene Kilometer wird von
Sponsoren in Euro umgewandelt und
kommt dem Verein

**Lebenshilfe Karlsruhe, Ettlingen
und Umgebung e. V.**

zu Gute (www.lebenshilfe-karlsruhe.de).
Dieser Verein unterstützt Menschen mit
geistiger Behinderung und ihre
Angehörigen.



**12. Oktober
10h - 22h**

Minis and Friends for *Plant for the Planet*

... das ist unser Gruppenname und unser
Programm in diesem Jahr!

Wenn ihr die letzten Jahre dabei wart, kennt
ihr den Ablauf bereits: Unten am Eingang
bezahlt ihr die Startgebühr und kommt damit
rein. An der Stirnseite des 50m-Beckens sind
Tische aufgebaut für die Bahnzähler mit
ihren Strichlisten. Daneben stehen Tische
für die OrganisatorInnen. Dort erfahrt ihr
die Startnummer unserer Gruppe. Die
wird gut sichtbar mit Edding auf eure
Käppis und/oder auf eure Schultern
geschrieben, damit die Zähler wis-
sen, bei welcher Gruppe sie einen
Strich machen müssen, wenn ihr
eine Bahn geschwommen seid.

Ihr könnt schwimmen, soviel ihr wollt. Und
wann ihr wollt. Ihr könnt auch Pause ma-
chen, wann ihr wollt. Bringt am Besten eure
ganze Familie und alle eure Freunde mit. Je
mehr wir sind um so besser wird unsere
Platzierung. Für einen ersten Platz müssen
wir vermutlich ca. 100 km bis 200 km
schaffen! :-)

Wenn ihr ein Vorhängeschloss habt, bringt es
mit - für den Spind in der Umkleide. Die Spin-
de im Sonnenbad sind eine Sehenswürdigkeit.
Sie stammen noch aus dem letzten Jahrtau-
send. Eintritt in die Sauna ist frei. Zum Auf-
wärmen gibt es auch gratis heißen Tee! Viel-
leicht gibt es auch was zum Naschen ... :-)