

# Duck



# Tales

### **Important Dates**

Monday, June 29	Start and Turn Clinic begins after morning practice
Saturday, July 4	Holiday—NO MEET
Monday, July 6	Breaststroke Clinic
Friday, July 10	Set-up for Meet
Saturday, July 11	Meet @ Home Against Bridlewood
Monday, July 13	Butterfly Clinic
Saturday, July 18	Away meet at Lake Manassas
Wednesday, July 22	Spirit Night @ Chic-Fil-A

### **Results From Southbridge Meet**

On a very wet and cool morning the Flying Ducks swam to victory! Thanks to all the swimmers who came out in the rain and swam hard and to all the parents who volunteered and supported them. The final score this weekend was Southbridge 2,357.5, Ben Lomond 2,420.5. Our winners this week include five triple winners (Juliette Andreani, Neeraj Suresh Pandi, Natalie Purnell, Evan Thies, & Ryan Thies), 1 double winner (Audrey Peters), and five single winners (Caitlin Franklin, Ariana Heath, Catherine Purnell, Gregory Rojas & Afton Scoresby). We also had 61 swimmers set personal best times in 85 splashes, and that's a big achievement in a less-than-ideal conditions! Remember that you can find all the results for each meet on the BLST website under the Meets tab.

### **Clinic Spots Still Available**

There are still plenty of spaces available in all weeks so it's not too late to sign up! Prices are \$50 for three clinics, \$20 for each individual stroke clinic and \$15 for the start and turn clinic. Start and Turn clinic begins on June 29th. Breaststroke clinic will follow beginning July 6<sup>th</sup> and we will finish with a butterfly clinic beginning on July 13<sup>th</sup>. Each clinic will meet on four mornings, Monday, Tuesday, Thursday, and Friday except for the start and turn clinic, which will meet on Monday, Tuesday and Thursday of next week. You can sign up for stroke clinics at any evening practice.

### **July 4<sup>th</sup> Holiday**

There will be no practice or stroke clinic on Friday, July 3<sup>rd</sup>, and there is no meet on Saturday, July 4<sup>th</sup>. Have a safe, fun, and relaxing holiday weekend!

### **Apparel**

Stop by the Pavilion on Monday nights. You can buy team shirts and silicone swim caps for \$12 each, and magnets for \$3. Also, the long-awaited back-ordered suits are finally in! If you haven't picked yours up yet, please check in at the Pavilion.

### **Ducks of the Week**

Each week in this section of the newsletter we recognize swimmers and volunteers who have done outstanding jobs during the week.

Congratulations to the following people, who are our Week 3 Ducks of the Week!

- Group 1 - Ariana Heath
- Group 2 - Mark Rojas
- Group 3 - Hannah Tiede
- Group 4 - Tatyana Thompson
- Group 5 - Spencer Scott
- Group 6 - Greg Rojas

Volunteers of the Week: Marie McVey & Andrea Tiede

# Duck



# Tales

## Fechas Importantes

Lunes, 29 de junio	Comienza la clinica inicios y giros despues de la practica de la mañana
Sabado, 4 de julio	Feriado—NO HAY COMPETENCIA
Lunes, 6 de julio	Clinica de pecho
Viernes, 10 de julio	Preparacion para la competencia
Sabado, 11 de julio	Competencia en casa contra Bridlewood
Lunes, 13 de julio	Clinica de mariposa
Sabado, 18 de julio	Competencia de visitante contra Lake Manassas
Miercoles, 22 de julio	Noche especial en @ Chick-Fil-A

## Resultados de la competencia contra Southbridge

EN una muy fria mañana los patos nadaron hacia la Victoria!! Gracias a todos los nadadores que vinieron en lluvia y nadaron con muchas ganas, gracias tambien a los padres que fueron voluntarios y apoyaron a los nadadores. El resultado final fue Southbridge 2,357.5, Ben Lomond 2,420.5. Nuestros ganadores esta semana incluyen 5 ganadores triples (Juliette Andreani, Neeraj Suresh Pandi, Natalie Purnell, Evan Thies, & Ryan Thies), 1 ganador doble (Audrey Peters), y 5 ganadores de un evento (Caitlin Franklin, Ariana Heath, Catherine Purnell, Gregory Rojas & Afton Scoresby). Tambien tuvimos 61 nadadores que tuvieron al menos un mejor tiempo personal en 85 splashes, el logro es mayor ya que las condiciones no fueron las ideales! Recuerde que puede encontrar los resultados de todas las competencias en la pagina web del equipo haciendo click en Meets.

## Espacios disponibles para las clinicas

Todavia hay bastantes espacios disponibles para las clinicas, o sea que no es tarde para registrarse. Los precios, son \$50 por 3 clinicas, \$20 por cada clinica individual y \$15 por la de inicios y giros. La clinica de inicios y giros comienza el 29 de junio, la de pecho el 6 de julio y la de mariposa el 13 de julio. Las clinicas son los lunes, martes, jueves y Viernes, excepto la de inicios y giros que es solo lunes martes y jueves de esa semana. Puede registrarse en las practicas de la noche.

## Feriado del 4 de julio

No Habra practica o clinica el Viernes 3 de julio y no Habra competencia el sabado 4 de julio. Disfruten del feriado!!

## Indumentaria del equipo

Pase por el pavilion los lunes por la noche, puede comprar camisetas del equipo y gorras de silicona por \$12 y magnetos por \$3. Finalmente los ultimos trajes de baño llegaron, si no ha buscado el suyo aun por favor pase a retirarlo en el pavilion.

## Patos de la semana

Cada semana en esta seccion reconocemos a los nadadores y voluntarios que hicieron un excelente trabajo durante la semana. Felicidades a las siguientes personas que lograron convertirse en los patos de la semana!

- Grupo 1 - Ariana Heath
- Grupo 2 - Mark Rojas
- Grupo 3 - Hannah Tiede
- Grupo 4 - Tatyana Thompson
- Grupo 5 - Spencer Scott
- Grupo 6 - Greg Rojas

Voluntario de la semana: Marie McVey & Andrea Tiede