



Tränarna Flynn Davies och Sebastian Juhlin

UPPSTARTSLÄGER FÖR TERA SEGLARE

Nu är det dags att starta säsongen 2018 med vårt härliga uppstartsläger hos LjSS, på Sparreviken 28-30 april, tillsammans med UK Tera coach Flynn Davies och Tera tränaren Sebastian Juhlin från Björlanda. Lägret kommer att äga rum dagarna innan LjSS traditionsenliga tävling Majbrasan som ingår i Liros cup. Lägret är inriktat på gröna, blå och röda Teraseglare. Vi delar in seglarna i 2 olika grupper efter kunskapsnivå. Perfekt tillfälle att stanna kvar och även segla Majbrasan 1 maj.

När: 28-30 april 2018

Var: KFUM Sparreviken, Ljungskile, DIRHUVUD 504, 459 91 Ljungskile

Logi: Medtag sänglinne, om du gillar sovsäck-medtag underlakan och örngott.

Kostnad: 1250 kr/seglare

Vem kan vara med:

- Tera seglare från Sverige och Danmark
- Medtag egen Tera (både PRO och Sport) eller hyr från LjSS för 500 kr + medlemsavgift
- Det kan vara kallt att segla på våren och det innebär några krav på seglarna.
Torrräckt och tillhörande förnuftiga kläder (underställ, fleece, mössor, varma vantar, sockor m m)
- Ha seglat i minimum 1 säsong
- Vara 11-17 år
- Kunna segla kryss, läns och halvwind
- Ha provat att segla en bana (start, kryss och läns)
- Kunna resa upp Teran efter kappsejsning och komma upp i den efter kappsejsning

PROGRAM

Lördag 28 april

9.30 Avlastning och riggning

10.00 Samling med fika

10.30-12.00 Seglingspass 1

12.00 Lunch

13.00 Ombytta och klara för samling

13.30-15.30 Seglingspass 2

16.00 Samling med em fika

17.30 Middag

18.30-20.00 Kvällsaktivitet

20.30 Kvällsfika

Söndag 29 april

7.30 Morgonfys

8.00 Frukost

9.30 Samling riggade och klara

10.00-12.00 Seglingspass 3

12.00 Lunch

13.00 Ombytta och klara för samling

13.30-15.30 Seglingspass 4

16.00 Samling med em fika

17.30 Middag

18.30-20.00 Kvällsaktivitet

20.30 Kvällsfika

Måndag 30 april

7.30 Morgonfys

8.00 Frukost

9.00 Packning och tömning hus

9.30 Samling riggade och klara

10.00-13.00 Seglingspass 5 med flygande fika samt eskadersegling till Ljungskile

13.00 Lunch vid LjSS klubbhus, föräldrar och syskon välkomna att vara med på lunchen

14.00 Avriggning, ombyte

14.30-15.00 **Avslutning vid LjSS klubbhus**

Anmälan och betalning:

Anmälan görs till helena.barne@gmail.com **senast 10 april** 20 platser totalt, så vänta inte med din anmälan.

OBS! Uppge allergier eller specialkost vid anmälan.

Betalning sker till: Bankgiro 867-1794. Märk betalning med namn och "träningläger".

Frågor:

Har du några frågor eller funderingar? Maila Helena på helena.barne@gmail.com eller ring 0722-426622