



ÅBEN 29'er TRÆNINGSCAMP i Middelfart Sejlklub

Middelfart Sejlklub inviterer til 29'er træningscamp i Middelfart Sejlklub, Øster Hougvej 112, 5500 Middelfart, søndag d. 28. April 2019.

Der vil være træning på vandet og fokus på jolle, trim og kommunikation. Campen henvender sig også til nye 29'er-sejlere, og derfor vil placering og bevægelser også være et fokus-punkt. Man skal dog selv være selvhjulpnet (rigge jolle til selv, selv sejle ud og ind af marinaen, samt selv vurdere, om man kan sejle under de givende vind og vejrforhold)

Trænere for 29'ere vil være Ellen Nielsen og Emilie S. Jacobsen.

Træningsdagen vil være åben for E-joller også.

Pris: 125 kr. pr. person, som inkluderer morgenmad, frokost og "skrub hjem mad" søndag. Man er velkommen til at lade sin jolle ligge og deltage i mandagstræningen også.

Foreløbigt program:

9.00 Morgenmad og tilrigning af joller

10.00 Første møde m. Gennemgang af trim og joller

11.00 Første træningspas på vandet

12.30 Frokost

13.30 Andet træningspas på vandet

16.00 Opfølgning, analyse

17.30 Afslutning



Tilmelding via

<https://www.foreninglet.dk/teamenrollment/index/80e7200e4ffde76/32858>

Har du spørgsmål, kan du kontakte Annette Strøm Jacobsen (25882658) eller middelfartsejlklub@gmail.com

Vi håber at se så mange som muligt og glæder os til en god dag på vandet.