



KAPSEJLADS, KURSUS

L23-TRIM WEEKEND 2019

Kom til L-23 weekend med Trim- og teknik undervisning, med 9 dobbelt danmarksmester Mike Rasmussen.

Køge Sejlklub 11. og 12. maj 2019.

L-23 Klubben arrangerer i samarbejde med L23 folk, i Køge Sejlklub, en weekend for de sejlere, som vil udvikle båd, sejl og besætningens færdigheder.

Det er muligt at deltage i weekenden med eller uden egen båd. Pris – KUN 250 kr. pr. person alt inkl. (havnepenge, morgenmad, madpakker, moleøl og aftensmad lørdag). Udenbys både vil få tildelt bådplads, hvor de kan ligge gratis i weekenden. Havnen tilbyder mastekran samt bådcran for trailende både med centerløft.

Har du lyst til en hyggelig weekend, så tilmeld dig til Ebba på kjskoege@outlook.dk senest 21. april samt meddele, om du selv har båd med? ønsker du plads i en anden L23? eller kan du tilbyde pladser i din egen båd? Betaling aftales med Ebba ved tilmelding.

Lørdag

9:00 Vi mødes på havnen / morgenmad / frokostpakker.

9:00 Klargøring af både.

10:00 Skippermøde / dagens program / opdeling af besætninger.

10:30 Køge Bugt – med fokus på trim og styre optimalt, hvor Mike og andre erfarne sejlere sejler med bådene på skift.

13:00 Frokost på vandet.

13:30 Teknik – med fokus på vendinger, spilersejladssamt mærkerundinger, hvor Mike og andre erfarne sejlere sejler med bådene på skift.

17:00 Moleøl – opsamling på dagens træning (lidt teori).

19:00 Grill aften.

Søndag

8:00 Morgenmad og frokostpakke.

9:00 Skippermøde / dagens program.

10:00 Sejladssamt på Køge Bugt – med fokus på bådhandtering, taktik og starttræning – og opsamling på trim fra dagen før.

12:00 1-2 korte sejladser – frokost mellem sejladserne.

15:00 Moleøl – tak for i dag.