



KAPSEJLADS, KURSUS

## L23-TRIM WEEKEND 2019

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

***Strib Bådeklub 15. og 16. juni 2019.***

L-23 Klubben arrangerer i samarbejde med L23 folk, i Strib Bådeklub, 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. Strib Bådeklub sørger for vognmand / mastekran til de som deltager med "trailerbåde"

Har du lyst til en hyggelig weekend, så tilmeld dig til Per Stub Olsen på [perstub@me.com](mailto:perstub@me.com) senest 1. juni samt meddele, om du selv har båd med, eller ønsker plads i en anden L23 eller kan du tilbyde pladser i din egen båd. Betaling ved ankomst til Per. Har du behov for mere info inden til tilmelding kan du kontakte Erik / 40 43 01 05 Tom / 40 31 82 50 eller Per /24 40 81 58.

### **Lørdag**

9:00 Vi mødes på havnen / morgenmad / frokostpakker / opdeling af besætninger.

10:00 Skippermøde / dagens program /

10:30 Lillebælt – 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, spilersejlads samt mærkerundinger, hvor Mike og andre erfarne sejlere sejler med bådene på skift. (På kort op/ ned bane tæt på Strib havn)

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

19:00 Grill aften.

### **Søndag**

8:00 Morgenmad og frokostpakke.

9:00 Skippermøde / dagens program / opsamling på trim fra dagen før.

10:00 Lillebælt – med fokus på båd håndtering, taktik og starttræning, som foregår "under kapsejlads" ved mange starter på kort op / ned bane tæt på Strib Havn.

12:00 2-3 korte sejlads for kåring af "bedste" på dagen – frokost mellem sejladserne.

13:00 Moleøl m/ grill- frokostpølser m.m. og tak for i dag.