Vintertræning i Sønderjylland 2009-10.

A-optimister, øvede B-optimister og storjoller:

Vintertræning i Sønderborg Yacht Club vil denne vintersæson foregå *hver anden* lørdag efter følgende tidsplan:

Kl. 9 – 9.45:	Omklædning og jollerne gøres klar.
Kl. 9.45:	Skippermøde
Kl. 10 – 12:	1. træningspas
Kl. 12 – 13:	Frokost og skippermøde
Kl. 13 – 15:	2. træningspas

Træningen vil foregå på følgende datoer:

Lørdag den 24. oktober
Lørdag den 7. november
Lørdag den 21. november
Lørdag den 5. december
Lørdag den 19. december
Lørdag den 15. januar
Lørdag den 29. januar
Lørdag den 27. februar
Lørdag den 13. marts

Der forventes afholdt træningsweekend den 20.-21. marts (se mere nedenfor).

Trænere for optimister vil være Tonny Tankred, Kristian Tankred og Hans Henrik Michelsen Træner for storjoller vil være Flemming Clausen, Niels Christian og Jørg Hansen. **NB:** Der stiles desuden efter at skaffe "udenbys" trænere nogle af lørdagene for både storjoller og optimister.

Trænerne vurderer suverænt om B-sejlere er kvalificerede til at deltage i træningen.
Trænerne har desuden ret til af sikkerhedshensyn at nægte en sejler at deltage, såfremt de vurderer, at vejret er for barskt for den pågældende sejler den pågældende dag.

Påklædning: Tørdragt påkræves.

Pris for lørdagssejlads: 400 kr. for hele perioden.

Træningsweekend: Der forventes afholdt træningsweekend d. 20.-21. marts.
Arrangementet forløber fra lørdag kl. 10 til søndag kl. ca. 15 med overnatning på Idrætshøjskolen eller i klubhuset. Prisen for dette arrangement følger.

Forældrepligter: Som forældre er man forpligtet til at lave mad (ca. ½ gang pr. barn). Desuden vil vi ligesom sidste år få brug for forældre som hjælpere i trænerbådene samt til følgebåde Dette dels for at trænerne har optimale betingelser, men først og fremmest af sikkerhedshensyn. Umiddelbart efter tilmeldingsfristen udarbejder undertegnede en plan for disse forældrevagter, som straks rundsendes. Er man forhindret, skaffer man selv en afløser.

Tilmelding:
Tilmelding foregår til Espen Rudjord Nielsen på email: rudjord@stofanet.dk evt. tlf. 74423612
senest mandag d. 19. oktober med oplysning om: Navn, klub, sejladsklasse, telefon nr. og gerne e-mail adresse. Man er også velkommen til at angive, om man forventer at deltage i forårets træningsweekend.

Påsketræning: Tonny Tankred oplyser, at han afholder en træningslejr i påsken i SYC.

Espen Rudjord Nielsen