

PÅSKESAMLING

MOSS, 23.-26. MARS



Velkommen til Moss i påsken!

Moss Seilforening inviterer også i 2013 til treningsamling ved vårt flotte seilanlegg på Søly i Moss. I år gjennomføres samlingen i samarbeid med Norges Seilforbunds trenerteam.

Som tidligere inviterer vi 29er, Laser, Europa, Zoom8 og RS Feva seilere. Det er satt et maksimum på 80 seilere totalt, slik at dere seilere skal få maksimalt utbytte av samlingen med gode trenere.

Treningsavgiften er kr 2.000,- for enmannsbåter og kr 1.500,- pr. seiler for tomannsbåter og inkluderer seiltrening, teori, trening på senter og i svømmehall samt lunch og middag hver dag (tirsdag kun lunch). Husk å ta med tøy for seiling, trening på land ute/inne og badetøy.

Påmelding og betaling innen 10. mars gjøres på <http://www.seilmagasinet.no/regatta?regatta=1057>

Lunsj og middag serveres på Søly og vi vil ha en meny med sunn og næringsrik mat. Vi vil også tilby frukt på vannet.

Overnatting; Moss Seilforening har fått til en avtale med Moss Hotell som kan tilby følgende priser pr. natt inkl frokost: Enkeltrom 750,-, dobbeltrom 950,-, Trippelrom 1150,-, Firemannsrom 1350,- og Femmannsrom 1550,-. Hver enkelt må selv sørge for bestilling og organisering v/rom for flere personer (kontakt hotellet direkte og oppgi at overnattingen er ifm. arrangement hos Moss Seilforening)

Mannskap til følgebåter: Deltagere fra foreninger som stiller med mer enn 4 deltagere må avtale med egen forening at det stilles med mannskap (minst 2 personer) og følgebåt alle dager under samlingen. Dette opplyses ved registreringer

For mer informasjon eller spørsmål om samlingen kontakt Per Christian Bordal på tlf 481 33 885 eller e-post: per.christian@seiling.no



Trenere

Trenerteamet med bla. Frode Jørstad, Jan Steven Johannesen og Peer Moberg vil sørge for fire dager med høy kvalitet på treningene.

Program

Lørdag:

10:00 registrering
1 økt på vannet
Sosialt med trenerne etter middag

Søndag:

2 økter på vannet
Svømmehall

Mandag:

2 økter på vannet
Trening etter middag

Tirsdag:

1 økt på vannet før lunch
regatta etter lunch

29er



RS
Feva