Askøy Seilforening inviterer til

NC Tune-up for Optimist A

Basic Teamracing for Optimist B og C

Direkte etter Hordacup-regattaen «Torvalden» inviterer vi alle Optimister med ambisjon om deltagelse i A-feltet i vårens NC til Tune up leir. Siste sjanse til å finpusse formen!

Alle andre Optimister inviteres til å delta i en parallell leir med innføring i lagseiling. Den morsomste og mest sosiale formen for seiling!

Sted: Askøy Seilsportsenter

Program:

Registrering lørdag 16.4 kl 16:00 

Avslutning søndag 17.04 kl 16:00

Det blir overnatting i klubbhuset, der alle seilerne får servert middag, frokost og lunsj. Ta med sovepose, laken, håndkle joggesko og treningstøy. De som har luftmadrass må ta med dette. Det kan bli begrenset med senger.
Det legges opp til 2 seiløkter på søndag i tillegg til teori og fysisk trening. Sosialt samvær og instruksjon på lørdagskvelden.

Kiosk begge dager, åpent til kl. 22:00 lørdag.

Trenere:
NC Tune-up leir (Optimist A – NC seilere): Bård Birkeland og Steffen Bertelsen
Basic Teamracing (Optimist B og C): Karianne Fonn Jårvik og Eivind Skog

Påmelding innen: tirsdag 12. april 2016

Påmeldingsavgift: 500, kr

Sikringsbåter:
Foreninger med flere enn 5 seilere må stille med sikringsbåt.