

Krestssamling 16-17 mars

OBS OBS!!! Samlingen er flyttet til Åsane Seilforening. Mer info kommer. Dette gjelder bare optimist.

Vi inviterer til krestssamling i BS 16-17 mars for Optimist, Laser og Brett. Inndeling i grupper og trenerfordeling vil bli gjort etter at påmeldingen er gjennomført slik at vi sikrer topp sportslig utbytte for alle.

Programmet for helgen er:

Lørdag 16 mars:

0930- Briefing, ferdig rigget i seilklær
1000- Økt 1
1300- Lunch
1345- Briefing, klar i seiltøy
1700- Avslutter for dagen

Søndag 17. mars:

0930 –Briefing, ferdig rigget i seilklær
1000 -Økt 1
1230 -Lunch
1315 –Briefing, klar i seiltøy
1600 -Avslutter for dagen

Trenere blir:

HSK Sailingteam: Henrik Begby og Alexander Høgheim
Optimist: Celia Børresen og Victoria Espeseth

Ta med treningstøy. Det blir fysisk trening-teori dersom mangel på vind.
Spørsmål kan rettes til Henrik Larsen (wigers@hotmail.com)

