

Skolerne I Oure Sport & Performing arts inviterer til

TORM Dansk Sejlunion uge 42 lejr

16. til 20. oktober 2019

Kære alle sejlere

Det er med stor fornøjelse at vi kan invitere til 2019 udgaven af TORM Dansk Sejlunions Uge 42-lejr.

Hvornår?

Start onsdag den 16/10 kl. 12.00 på Lundeborg Havn (Oures træningsklub).

Slut søndag den 20/10 kl. 15.00 på Lundeborg Havn

Hvem kan deltage?

Alle sejlere i følgende klasser kan være sikre på at få specifik træning:

Europe - Laser Radial og Standard – Finn – 29er – 49er FX – 49er - Nacra 17
- Nacra 15 - RS-X - Foilsurf – Foilkite – Youngsters

Vi skal som udgangspunkt have min. 3-4 deltagere indenfor disciplinen, for at kunne gennemføre relevant træning (undtaget N15/N17). Dette betyder også, at hvis din klasse ikke er nævnt og har du/I lyst til at deltage, kan I tage kontakt til DS angående dette.

Alle sejlere på 2019 DS hold forventes at deltage i lejren.

Er du i tvivl om du kan deltage? - det er vi ret sikre på, at du kan!

Der er dog den forventning til dig som sejler, at du kan klare dig selv. Det vil sige at du/I kan selv kan rigge til, håndtere jeres jolle på vandet og selv vurdere, hvornår det blæser for meget til at du/I skal ude og sejle.

Tilmelding og pris

Tilmelding sker [her!](#)

SENEST tilmelding mandag den 30. september 2019 kl. 12.00

Pris: 1040 kr./pers.

Dette dækker overnatning, bespisning, samt efter-rengøring.

Træningslejrens fokus og program

På uge 42-lejren skal vi sejle så meget vi kan. Vi skal hjælpe hinanden med at blive bedre. Udover sejlad kommer vi til at have fokus på:

- Den Danske Model
- Hydrering
- Hvordan kombinerer man studie og sejlsport

....og så skal vi afholde Danish Sailing Awards 2019

Trænere, specialister og ledere på lejren

- DS landsholdstrænere og ledelsen af DS talent- eliteafdeling
- Talent og Elitecenterenes trænere
- Klassespecialister
- Fysiske trænere og specialister vil deltage i lejren

Praktiske forhold på lejren

- Alle sejlere indkvarteres så vidt muligt klassevis i skolens huse
- Bespisning: Første måltid er aftensmad onsdag. Du skal således selv have madpakke med til onsdag.
(Har du særlige behov som allergiker, vegetar eller lignende, skal du skrive

det ved tilmelding)

- Sejlerne sørger selv for transport imellem Skolerne i Oure Sport & Performance og Lundeberg Havn. Det er en flot og opkvikkende lille cykeltur på ca. 5 km og det anbefales at cykle.
- Almindelig god opførsel er forventet, også i forhold til at være gæst på Oure Sport & Performance.
- Der skal være særlig opmærksomhed på, at på denne træningslejr er alkohol ikke tilladt og man skal være på sovestedet senest kl. 24.00. Brud på disse regler vil betyde øjeblikkelig bortvisning fra træningslejren. Dog i forbindelse med Danish Sailing Awards vil der være udskænkning af alkohol i begrænset omfang og kun i sammenhæng med selve fejringen.

Forhold på havnen

Det er vigtigt for logistikken og forretningerne på Lundeberg havn, at opsatte skilte respekteres og biler samt trailere flyttes hurtigst muligt.

- Parkering af trailere skal foregå på det grønne græsareal ved nedkørsel til Lundeberg.
- Parkering skal kun foregå på parkeringspladserne.
- Vi skal hjælpes ad med at holde vores faciliteter rene. Brug skraldespandene.

Pakkeliste:

- Komplet sejlklar båd og masser af sejltøj
- Dynes/ovepose, pude og lagen
- Tandbørste
- Cykel til transport imellem Oure Sport & Performance og Lundeberg Havn
- Trænings- og løbetøj til indendørs og udendørs brug
- Frokostmadpakke til onsdag

Udtagelser til DS-hold og Talent og Elitecentre

Dette punkt gælder kun for de sejlere, der ønsker at blive tilknyttet et af vores Talent- og elitecentre og evt. Dansk Sejlunion hold 2020.

Ønsker du at komme i betragtning til enten Talent- og elitecentrene (Hellerup og Århus) eller Dansk Sejlunion hold 2020 er det vigtigt, at du deltager i lejren. Trænergruppen vil anvende landsholdssamlingen, sammen med indtrykkene igennem sæsonen, til at diskutere hvilke sejlere, vi kan tilbyde plads på holdene og centrene. Læs mere [her](#).

Ansøg [her](#).

Spørgsmål til træningslejren

Har du nogen spørgsmål angående det sportslige på træningslejren, kontakt til Marie Louise B. Svendsen (5352 8603) eller Jan Christiansen (2127 0071)

Vores kontaktperson på Oure Sport & Performing arts er Jesper Henriksen (2334 7021).

Vagttelefon på Skolerne i Oure: 2334 7038

Vi glæder os til en god, festlig og lærerig lejr

Skolerne i Oure Sport & Performing arts

Dansk Sejlunion