

Skolerne I Oure Sport & Performance inviterer til

TORM Dansk Sejlunion uge 42 lejr

18.-22. oktober 2017

Kære alle. Det er med stor fornøjelse at vi kan invitere til 2017 udgaven af TORM Dansk Sejlunions uge 42 lejr.

Hvornår?

Start onsdag den 18/10 kl. 1200 på havnen i Lundeborg (Oures træningsklub).

Slut søndag den 22/10 kl. 1500 på havnen i Lundeborg med en kort fælles afslutning.

Hvem kan deltage?

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

Europe, Laser 4.7¹, Laser Radial, Laser Standard, Finn, RS-X, Formula-slalom, 29' er, 49' er FX, 49' er, Nacra 17, Nacra 15, Hobie 16 spi.

Udenlandske træningspartnere og sejlere er meget velkomne til deltage i samlingen

Alle sejlere på DS hold 2017 forventes at deltage i lejren

Match Race og Liga:

Kan vi samle 10-12 eller flere der er interesseret i match race og/eller liga sejlads, så laver vi et specifikt forløb. Bådene bliver J-70 eller DS 37.

Andre klasser:

Andre klasser er også meget velkomne, men i må være forberedte på at deles om trænerkapaciteten. Henvend jer inden campen til Jan Christiansen på telefon 2127 0071, så vi kan aftale nærmere.

¹ Laser 4.7 har egen træner ved et rimeligt antal tilmeldte. Ellers træning sammen med Radial.

Er du i tvivl om du skal 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 – dvs at du hygger dig med kammeraterne på land og at du/I kan håndtere jeres jolle til et rimeligt niveau - dvs ikke helt begynder 😊

Tilmelding, pris og tilmeldingsfrist

Tilmelding for danske sejlere sker via dette link:

<https://sejlsport.wufoo.eu/forms/m1rfftc1ljf6ln/>

Foreigners. For entry, please use the following link:

<https://sejlsport.wufoo.eu/forms/m1rfftc1ljf6ln/>

If trouble, please contact Jan Christiansen on phone +45 21270071

Tilmeldingsfrist: d. 2 oktober 2017

Lejren koster kr. 1050.-/person som dækker overnatning, bespisning, samt efterrengøring.

Prisen er for hele lejren og der gives ikke rabat ved deltagelse i færre dage.

Hvis du melder dig til efter d. 2.oktober og inden d. 10. oktober, tillægges et ekstra administrationsgebyr så prisen herefter er kr. 1200.-

Tilmelding efter d. 10. oktober modtages ikke.

Træningslejrens fokus og programpunkter

Et program vil blive lagt ud på DS hjemmeside her: <http://sejlsport.dk/mere/talent-og-elite/aktivitetskalender> samt delt på facebookgruppen Dansk Sejlunion Sport i den sidste halvdel af september.

Vi sejler så meget vi kan, vi skal teste og træne og vi skal hjælpe hinanden med at blive bedre. Og så skal vi hygge os og feste i Danish Sailing Awards 2017

Trænere, specialister og ledere på lejren

- DS landsholdstrænere og ledelsen af DS talent- eliteafdeling deltager
- KC trænere deltager
- Klassesetrænere deltager
- Fysiske trænere og specialister vil deltage i lejren.

Den samlede trænerstab vil blive annonceret på facebook siden ”Dansk Sejlunion Sport” sidst i september.

Praktiske forhold på lejren.

- Alle sejlere indkvarteres så vidt muligt klassevis i husene på skolen
- Bospising: Første måltid er aftensmad Onsdag. Du skal således selv have madpakke med til onsdag den 18.
Dansk Sejlunion egen landsholdskok med. Han kommer til at arbejde sammen med køkkenpersonalet i Oure og der bliver fokus på at få den rette ernæring som atlet.
Har du særlige behov som allergiker, er du vegetar eller lign. Så skriv det I din tilmeldingsblanket.
- Sejlerne sørger selv for transport imellem 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.

- Vores kontaktperson på Oure Sport & Performance er Ditte Juul. Hun kan kontaktes på 2126 6627. Vagttelefon: 2334 7038

Forhold på havnen

Det er vigtigt for logistikken og forretningerne på Lundeberg havn, at du/I respekter de opsatte skilte og flytter biler samt trailere hurtigst muligt.

Der skal rettes særlig opmærksomhed på svinget og vejen ned til skiff-cat jollepladsen. Her anmodes der om at undgå nogen form for parkering, da vejen befærdes jævnligt af store lastbiler.

Parkering af trailere skal foregå på det grønne græsareal ved nedkørsel til Lundeberg.

Vi skal hjælpes ad med at holde vores faciliteter rene.

Hvad skal du huske at medbringe til lejren?

- Komplet sejlklar båd og masser af sejltøj.
- I skal medbringe dyne, sovepose, 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.

Mesterlære for trænere

For klubtrænere vil der blive inviteret til to dages mesterlære med forskellige fokusområder. Informationer herom kan indtil videre hentes ved at kontakte Dansk

Sejlunion ved enten Nicolas Brandt Hansen = 88207019 eller Jan Christiansen = 21270071

DS hold og Kraftcentre.

Det følgende har ikke direkte med træningslejren at gøre, men det er informationer til dig som vil tilknyttes et af vores kraftcentre og evt Dansk Sejlunion hold 2018

Det er et vigtigt programpunkt for trænergruppen, at vi sætter DS hold for det næstkommende år. Trænergruppen vil således anvende landsholdssamlingen, sammen med indtrykkene fra træningen og konkurrencerne igennem sæsonen, til at diskutere hvilke sejlere, vi kan tilbyde plads på holdene og centrene. Det er derfor vigtigt at du deltager i lejren når du vil være holdsejler eller centersejler i 2017. Her lægger du data ind i forbindelse med tilknytning til centre og hold:

<https://sejlsport.wufoo.eu/forms/mx8b4ho1ljkub/>

I 2018 arbejder Dansk Sejlunion med følgende centre:

Kraftcenter Aarhus

KC Øst

Du kan læse om Dansk Sejlunions holdstruktur her: <http://sejlsport.dk/mere/talent-og-elite/landshold>

Spørgsmål til træningslejren

Har du nogen spørgsmål angående det sportslige på træningslejren, kontakt til Jan Christiansen (21270071)

Har du praktiske spørgsmål i forbindelse med lejren, kontakt Ditte Juul (21266627)

Vi glæder os til en god, festlig og lærerig lejr

Oure Sport & Performance

Dansk Sejlunion