

TORM Dansk Sejlunion U42 træningslejr 2018

Sejladsprogram	Onsdag 17 okt	Torsdag 18 okt	Fredag 19 okt	Lørdag 20 okt	Søndag 21 okt
715 – 755 Warm Up		Warm Up	Warm Up	Warm Up	Warm Up
800-0845 Morgenmad		Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
Formiddag	Kort fællesmøde kl. 1200. Alle sejlklar til træning	Sejltræning	Sejltræning	Sejltræning	Oprydning i hytter inden havn Sejltræning
Eftermiddag	Sejltræning (1200-1800/ op til 6 timer) Evaluering af dagens sejltræning i klasserne	Evaluering af dagens sejltræning (900-1800/op til 9 timer)	Evaluering af dagens sejltræning (900-1800/op til 9 timer)	Evaluering af dagens sejltræning (900-1800/ op til 9 timer)	(900-1400/ op til 5 timer) Forældremøde 13-1400 En snak om konkurrencestruktur, talentudvikling og elitearbejde Kort afslutning for sejlere kl. 1500

Aftenprogram	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	
1800-1900	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	
	1900 -1945 Velkommen – sportschefen har ordet Information om KRAFTCENTRE Zhick Sowroom 2000 Laser Class møde 2000 49'er Class møde 2000 Adgang til styrketræning Og Jarl/Simon 2000 Adgang til svømmehal	1930 29'er møde 1930 Nacra Class møde 1930 Adgang til styrketræning Og Jarl/Simon 1930 Adgang til træningssal + rekvisitter	1930 Europe-Class møde 1930 FX Class møde 1930 Adgang til styrketræning Og Jarl/Simon 1930 Adgang til svømmehal 2030 Informationsmøde om UNGDOMSLANDSHOLDET	1930 Danish Sailing Awards 2016 Festligholdelse af årets vindere, oplevelser og hygge. <i>Elementer:</i> <i>Uddeling af GP medaljer 2018</i> <i>The Award Show</i>	

? kontakt Jan Christiansen, tlf. 2127 0071 eller mail jan.christiansen@sejlsport.dk

Bemærk.

Ud over det fælles program ovenfor, så vil der være mulighed for individuelle samtaler, gruppe- og klassesamtaler under hele lejren. Alle er velkomne