

## Välkommen till Lerbergets Segelsällskaps seglarkurs 2023!



**Kurs:** Kappsegling på grön nivå, vuxna

**Tid:** Varje måndag från v. 25-34

Start den 19/6 klockan 18.00 – ca 20.30.

**Plats:** Samling vid jollebodarna/trädäcket vid södra delen av Lerbergets hamn.

### **Kort info om kursen:**

För dig som kan segla men vill lära dig mer. På en enkel nivå lär vi oss grunderna i kappsegling för att kunna vara med på Ven runt eller någon annan grön tävling. Vi seglar bana, tränar starter, övar taktik, etc. Vi utgår från seglarnas tidigare erfarenheter.

Om det är dåligt väder och det inte går att segla blir det teori som gäller.

### **Utrustning:**

Vi rekommenderar följande utrustning:

- Flytväst/ seglarväst (finns att låna om man inte har)
- Seglarställ, alternativt regnkläder/vind- och vattentäta ytterkläder
- Gypaskor/sandaler som får bli blöta eller låga stövlar.
- Solskydd; solkräm, solglasögon, keps
- Vattenflaska

### **Kontakt:**

Har ni några frågor går det bra att maila till: [seglarskola@lerss.se](mailto:seglarskola@lerss.se)

Meddela även eventuella allergier, mediciner eller annat som instruktörerna bör känna till första dagen.

### **Bra att veta:**

Under hela sommaren är man, som medlem i klubben, välkommen att vara med på våra kvällseglingar. Under onsdagarna 18-20 kommer C55:an ibland att användas för prova-på segling, men om man har kunskap är man välkommen att segla laser eller annan jolle. Efter seglingen på onsdagskvällar grillar vi tillsammans. Man tar själv med det som man vill grilla. Hela familjen är välkommen.

**Välkommen!**