



Nybegynnerkurs i brett og jolleseiling



ASF har gleden av å invitere til nybegynnerkurs i optimistjolle og seilbrett for barn og unge.

Optimistjollen er velegnet for å lære grunnleggende seilferdigheter for barn, og en fin båt for å videreutvikle seg i som seiler frem til 14/15 års alderen.

Seilbrettene som blir benyttet på kurset er tilpasset barn og ungdom som er nybegynnere i brettseiling.

Kursene er tradisjonelle nybegynnerkurs for barn og unge som har lyst til å begynne med seiling.

- Lære å bli trygg i optimistjollen/seilbrettet
- Lære grunnleggende ord og uttrykk
- Lære grunnleggende ferdigheter
- Lære å rigge optimistjollen/seilbrettet
- Fokus på at seiling er gøy
- Bli kjent med de andre seilerne
- Lån av optimistjolle/seilbrett og medlemskap i ASF er inklusive i deltakeravgiften

Seileren må ha en voksen med seg på trening

- Flytevest
- Tørt (varmt) skift
- Våtdrakt (brettseiler)

Terminliste

Kurset starter lørdag 5.mai i Stinta svømmehall.

Treningene på Seilerhytta er hver torsdag fra 10. mai til 21. juni (med unntak av 17. mai) fra kl 17.30 – 19.30.
Kurset forsetter fra 16. august til 27. september.

Lørdag 19. mai er det trening på Seilerhytta fra kl 12 – 16.

Det blir arrangert transport fra Gjestehavna og til Seilerhytta hver dag det er trening.





Pris pr deltaker er kr 1.000,-. Deltakeravgiften inkluderer medlemsavgift i ASF for 2012, samt lån av Optimistjolle eller Seilbrett.

Påmelding

Påmelding og betaling av kursavgift gjøres på:

<https://www.deltager.no/nybegynnerkursASF>

Når seileren er påmeldt vil dere motta mer detaljert informasjon om kursene og arrangementene pr mail.

Anbefalt nedre aldersgrense for optimist er 8 år og for brett 10 år. På brettseiling deles seilerne inn i grupper 10 – 14 år og 15 – 18 år.

Kontaktpersoner:

Seilbrett: Torstein Hopstock

Mail; torstein.hopstock@aleris.no, tlf; 91613600

Optimistjolle: Tonje Hopstock

Mail; thopstock@gmail.com, tlf 90986920

Vi anbefaler at nybegynnerne deltar på Pinseleiren på Hove. Her lærer de utrolig gjennom tre dager med seiling. Les mer om Pinseleiren på www.asf.no . Info finner du i link på venstre side der.