



Sejlklubben Esrum Sø

Optimist- og Juniorafdelingen

Årsplan for Opti-, TERA-, Zoom8 og FEVA-sejlere - 2019

GENERELT: Det tilbydes og forventes at sejlerne kommer til træning mindst **1 gang om ugen** for hurtigst muligt at blive gode til almindelig sejlads. Der bliver igen i år to forskellige tilbud afhængigt af erfarings-niveau og interesse:

- Opti-, TERA, FEVA **GRUNDTRÆNING** - mandage (Claus, Poul, Oscar E. og Rasmus E. i Daisy III).
- **Træning for ØVEDE** i Opti, FEVA, TERA Zoom8 m.m. - onsdage (Mathias M. og Andreas S. i Daisy III)

Man melder sig til en dag, men er velkommen til at deltage mere end én dag om ugen under forudsætning af, at man er selvhjulpne og der er plads. Herudover kan man deltage i klubbens kapsejlads på tirsdage (**aftenmatch**). Endvidere er der med forældre-assistance mulighed for enkelte kapsejlads gennem sæsonen.

MANDAGE: Grundtræningen for optimister (og TERA) vil blive afholdt af Claus, Poul med Oscar og Rasmus. **For FEVA-jøllerne** vil det være muligt for lidt erfarne sejlere at tage ud i dem på mandage. Man skal selv kunne rigge båden.

ONSDAGE: Sejlstræning for ØVEDE juniorsejlere. Varetages af Mathias og Andreas. Det er ikke et krav, at man skal deltage i kapsejlads. **VIGTIGT:** Det er af sikkerhedsgrunde nødvendigt, at der **ALTID** er to i motorbåden. Tilmelding til Claus M. (Der er begrænsning på antal deltagere, da der kun er en følgebåd).

Ekstra Sejlads: Der kan hen over sæsonen, når der er mulighed for det, arrangeres deltagelse i sejlads på Øresund m.m. i weekender. Primært for øvede sejlere og med hjælp fra forældre til transport etc. (jeg har en liste over sejlads).

Ved sejlads fra Fredensborg Havn mødes vi normalt **16:30** og holder **SKIPPERMØDE** senest ½ time efter. Instruktørerne giver besked til forældrene om forventet tidspunkt for afslutning, normalt retur i havnen ca. 18:30 med afslutning ca. 19:00 på 1. sal.

Der er næsten altid brug for nogle hjælpende **forældre-hænder** ved til- og afrigning. Husk: sejlerne skal selv lærer at rigge jøllerne til og rydde op bagefter.

AKTIVITETSKALENDER:

(21/1, er afhl) 19:00-20:00 FÆLLES PLANLÆGNINGS MØDE for alle 2018-Sejlere. Her snakker vi om ønsker til den kommende sejlsæson. Hvad vil du sejle i? Hvem kan/vil du sejle med? Hvem er hjælpe-træner? Andre ønsker...!?

23/3, lørdag TILMELDING for alle nye optier og Grund Teori for nye og begyndere. Også generel orientering for nye sejlere og deres forældre i Klubhuset på 1. sal kl. **14:00-16:00.** Ansv.: **Claus** og Poul. Har man som ny forældre behov for en voksensnak inden tilmelding, er man velkommen til at ringe til **Claus, 21 63 88 31.**

30/3, lørdag Teori for nye sejlere! Gennemgang af teori, lidt praktisk i jollen, knob binding m.m. kl. **14:00-16:00.** Ansv.: **Claus, Poul og Andreas.**



Sejlklubben Esrum Sø

Optimist- og Juniorafdelingen

- 30/3, lørdag **16:30 FEVA-joller Klargøring.** ”Øvedes” forældre, Nina, Mathias (?) og Claus mødes for omhyggelig gennemgang og klargøring af de 3 FEVA-joller. **Tilmeld** til Claus.
- 6/4, lørdag Lidt teori for nye sejlere og Fordeling og klargøring** af klubbens opti- og FEVA træningsjoller til Nye og 1. års sejlere samt orientering til forældre om forårets program **kl. 14:00-16:00.** Ansv. Claus og Poul.
OG Besøg i Hillerød svømmehal ca. 18:00-19:00. Øvede sejlere er også velkomne. Ansv.: Claus (bademester) og Poul. Forældre for **jolletransport.** (Herefter er det påske ferie fra næste weekend).
- 22/4, mandag **2. Påske dag! START Grundtræning Opti, TERA og FEVA.** Der sejles hver mandag. Tilrigning påbegyndes kl. 16:30 og bådene skal være klar og i vandet senest kl. 17:00. Ansv.: Claus og Poul, Oscar og Rasmus. **Fortsætter mandage i hver uge til sommerferien.**
- 28/4, søndag **Kl. 12:00:** Sjøv med joller i havnen. **Kl. 13:00 Standerhejsning,** (markerer åbning af en ny sejlsæson) **Det er VIGTIG AT VÆRE MED også i år!!!**
- 12/6, onsdag **Forældresejlsads** for alle optimister, Zoom8, TERA, kl. 17:00. Ansv.: Claus, Poul + forældre! Der arrangeres fælles spisning efter sejlsadsen. Tilmelding til Claus.
- (Skt. Hans bål søndag aften d. 23. juni for alle der har lyst, hvis det ikke er for tørt. Ingen sejlsads).
- 1/7 til 5/8 **Sommerferie.** Der sejles fælles træning / tursejlsads **mandage kl. 16:30.** Sejlerne opfordres til at deltage så meget som muligt. Der kan også aftales andre tursejlsads-dage hvis der er interesse og forældre støtte.
- 5/8 mandag **Praktisk undervisning starter igen efter sommerferien** – grundtræning opti, m.v. på mandage og kap-sejlsads og øvede Zoom8 og opti'er på onsdage. Fortsætter til slut sept./start okt.
- 23-25/8 Weekend **Sommerlejr** for alle optimister & juniorer. En **traditionsrig** weekend, hvor vi fredag aften sejler til lejrpladsen ved Graverhus. Der soves i telte. Lørdag sejles der retur til frokost i klubhuset og om eftermiddagen tilbage til lejren, hvor der er skovtursfest. Søndag pakkes sammen og sejles tilbage til klubben med ankomst ca. kl. 12. Ansv.: Claus, Poul og **FORÆLDRE.**
- 2/9 Søndag Evt. **Åbent klubmesterskab for Optimister.** Med ”åbent” menes, at vi inviterer C-sejlere fra naboklubber. Ansv.: **Nina Fabrin, Mathias og Andreas** + forældre.
- 5/10, lørdag **Afrigning.** Optimist jollerne sættes ind for vinteren, **kl. 14:00-16:00.** Afrigger-komsammen for alle optimister & forældre. Overrækkelse af ”Jollebeviser”. Ansv.: Claus, Poul, Jakob og Nina.

Ungdomsleder: Claus Møller, Båstrupvej 230, 3480 Fredensborg. 4848 5028 / 2163 8831.

Bådfører mandage: Poul Meldgaard (Enfoldigheden) Oscar og Martin (Daisy III).

Træner Onsdage: Mathias M. og Andreas S.

Support: Nina B. Fabrin, Sørupvej 13, Mob.: 2041 4164.