



Foil Windsurf begynder/let øvet Camp 2023



Vi har hermed fornøjelsen af at invitere dig til begynder/let øvet Windsurf foil camp den 28-29 oktober 2023 i windsurf afdelingen i Nivå Bådelaug.

Hvad sker der på lejren? Alle som kommer på lejren får nogle sjove dage uafhængig af vejret. Hvis man ikke har surfet før eller windsurf foilet, lavet vi nogle basis øvelser for at nå så langt vi kan og måske prøve at få de først svæveture henover vandet. Hvis du er let øvet og gerne vil blive mere sikker på foilen, vil vi arbejde med stabil svævefase. Vi vil også hjælpe med at sejle de forskellige kurser og sætte jibes og tacks, hvis det er det du gerne vil øve dig på.

Praktisk? Du kan medbringe dit eget udstyr eller leje hvis du ikke har selv. Hvis du er medlem af Nivå og har betalt leje, skal der ikke betales leje. Hvis du ikke selv har foiludstyr er det muligt at leje af klubben for 250kr. Hvis du har dit eget sejlertøj, bedes du medbringe det. Hvis du ikke har sejlertøj, kan du af klubben låne dragt, redningsvest, hjelm og vådstøvler.

Alder? Lejren henvender sig til målgruppen 13-25år.

Program: lørdag den 28. oktober

- 09.00-09.30. Ankomst til havnen og lidt varmt at drikke.
- Kl 09.30-10.00. inddeling i hold og skippermøde
- Kl 10.00-10.45 rigge udstyr op og omklædning
- Kl 11.00-12.30 Sejle
- Kl 12.30-13.30 frokost
- 14.00-15.30 sejle
- 16.00-16.30 debrief og varm kakao



Program: søndag den 29. oktober

- 09.00-09.30. Ankomst til havnen og lidt varmt at drikke.
 - Kl 09.30-10.00. inddeling i hold og skippermøde
 - Kl 10.00-10.45 rigge udstyr op og omklædning
 - Kl 11.00-12.30 Sejle
 - Kl 12.30-13.30 frokost
 - 14.00-15.30 sejle
 - 16.00-16.30 debrief og varm kakao.
-
- Tilmelding via mail til nicolas@sejlsport.dk og betaling for camp via MobilePay 25265. HUSK at skrive dit NAVN og IQ CAMP 2023 i MobilePay besked.
 - Der er seneste tilmelding mandag den 23. oktober
 - Prisen per deltager er kr. 300.-. I prisen er indeholdt frokost og snacks og drikkevarer undervejs. Prisen dækker også brændstof til Nivå sikkerhedsbåde.
 - Hvis man ikke har noget udstyr og gerne vil leje koster det 250kr for leje.

For spørgsmål til lejren kontakt Nicolas B. Hansen, IQ træner ETC Øst, nicolas@sejlsport.dk, +45 93 83 17 87. Vi glæder os til at træne med jer 😊

