



## UPPSTARTSLÄGER

**9 - 10 april 2022 arrangerar LjSS sitt årliga Uppstartsläger med tränarna  
Thea Enander och Johan Barne.**

**Lägret är inriktat på gröna, blå och röda seglare. Gruppindelning efter kunskapsnivå.**

**Klasser som kan vara med: Tera, Aero, Laser**

**Fokus på mycket båthantering och teknik i båten.**

**När:** 9 - 10 april 2022

**Var:** LjSS klubbhus, dagläger

**Kostnad:** 500 SEK/seglare

**Måltider:** Egen mat medtages både lördag och söndag.

### **Vem kan vara med:**

- Tera, Aero och Laser seglare som är medlemmar i LjSS, SS Viken Ägir, LESS, Gefle SS eller andra närliggande klubbar.
- Medtag egen båt eller hyr din Tera (Sport och PRO) från LjSS för 1500 kr (säsongshyra) + medlemsavgift
- Det kan vara kallt att segla på våren och det innebär några krav på seglarna.  
**Torrdräkt** och tillhörande förnuftiga kläder **samt fyskläder** (underställ, fleece, mössor, varma vantar, sockor m m)
- Ha seglat i minimum 1 säsong
- Kunna segla kryss, läns och halvwind
- Ha provat att segla en bana (start, kryss och läns)
- Kunna resa upp Teran efter kappsejsning och komma upp i Teran efter kappsejsning

### **HÅLLTIDER - Lördag 8 april**

9.30 Avlastning och riggning

10.00 Samling med frukt/mellis

**16.00 Avslutning lördag och söndag**



Tränarna ansvarar för lägerprogram.

**Huvudtränare: Thea Enander & Johan Barne**

**Assisterande tränare: Helena Barne**

**Säkerhetsbåt: Frivilliga föräldrar**

**Anmälan och betalning:**

Anmälan, bokning av ev. Tera och betalning görs samtidigt till [helena.barne@gmail.com](mailto:helena.barne@gmail.com) **senast 1 april**

**Betalning sker till:** Bankgiro 867-1794 eller swish 123 143 6955.

Märk betalning med namn, pnr, mobilnr, "uppstartsläger" och klass.

**Frivilliga föräldrar:** Säkerhetsbåt lördag och söndag.

Meddela per mail om du kan vara med i säkerhetsbåt halvdag eller heldag.

Utan föräldrars insats har LjSS inte möjlighet att arrangera uppstartsläget.

**Frågor:**

Har du några frågor eller funderingar? Maila Helena på [helena.barne@gmail.com](mailto:helena.barne@gmail.com) eller ring 0722-426622

