



MOTALA SEGLARGYMNASIUM

Svenska Seglarförbundet

INBJUDER TILL

SVERIGES STÖRSTA NATIONELLA HÖSTLÄGER

I samarbete med klassförbunden

I MOTALA DEN 22-24 OKTOBER 2010

MEDVERKANDE KLASSER (just nu)

E-jolle – Laser – Laser Radial – Zoom8

Kona ONE - 29er – 420 - Feva

SEGLINGSTRÄNING

FYSTRÄNING

WORKSHOP mm

Just nu klara tränare:

Don Nordqvist, Karin Almquist, Kristian Åderman, Per Frykholm, Magnus Nilsson, Jimmy Talèn, Joakim Larsson; Björn Holm (kona), Rasmus Bergström 29er, Antom Myte

Tider: Lägret kommer att startas upp på fredagen kl 12.00 den 22 oktober för dig som kan delta med ”specifik inriktning”. Fredagen hänger inte direkt ihop med lö – söndagens träning

Lördagen den 23 okt startar lägret kl 09.00 och slutar sö den 24 oktober kl 16.00

Kost: Ingår i lägret: *Obs glöm inte att meddela om du har någon form av mat allergi*

Logi: Platengymnasiet, ta med något att sova på och i plus liggunderlag

Medtag: Fyskläder för utomhusträning

Kostnad: 650 kr inkluderar aktiviteter, samtliga måltider och boende från fredag kväll

Anmälan/ Senast den 13 oktober: Anmälan till don.nordqvist@telia.com,

Kontaktperson: Seglarymnasiets tränare Don Nordqvist 070-2465650 don.nordqvist@telia.com.

Välkomna

Motala Seglarymnasium | SSF

www.motalaseglarymnasium.com
