



## ÅRSPLAN: Opti-, TERA-, Zoom8, Laser og FEVA-sejlere - 2021

**ALT ER UNDER FORUDSTÆNING AF AT CORONA-RESTRIKTIONER ER LEMPET SÅLEDES VI KAN SAMLES FLERE END 10 PERSONER UDENFOR.**

**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 planlægges igen i år to forskellige tilbud afhængigt af erfarings-niveau og interesse:

- Optimist **grundtræning** - mandage (Claus, Poul, m.fl.)
- **Måske Banesejladstræning** - onsdage (ungdomstræner Vilma & Oscar)

**HUSK: DET ER VIGTIGT AT FÅ INVITERET NYE SEJLERE MED !!!**

**MANDAGE: Grundtræningen** for optimister (og andre jolle-typer) vil blive afholdt af Claus, Poul m.fl. (Hjalte?) **For andre jolle-typer** vil det være muligt for lidt erfarne sejlere at tage ud i dem på mandage. Man skal selv kunne rigge båden. Sejleren vælger sammen med træner jolle-type til forårssæson.

**ONSDAGE: Begynder banesejladstræning m.m.** for de **øvede juniorsejlere**. Varetages af **ungdomstræner**. Det er muligt at træne kapsejlads. **VIGTIGT:** Det er af sikkerhedsgrunde nødvendigt, at der **ALTID** er to i motorbåden.

**TILMELDING:** Man melder sig til mandags-sejlads og evt. også til det planlagte **ONSDAGS-**hold, der planlægges for mere erfarne og selvhjulpne sejlere. Det er ved fremmøde lørdag d. 10. April.

**TRÆNING:** Ved sejlads fra Fredensborg Havn mødes vi **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 havnen eller 1. sal. Man kan også deltage i klubbens kapsejlads på tirsdage (**aftenmatch**).

**FORÆLDRE:** Der er næsten altid brug for nogle hjælpende forældre-hænder ved til- og afrigning. Det er dog vigtigt at sejlerne selv lærer at rigge jollerne til og rydde op bagefter. Hertil er behov for varetagelse af andre forældreopgaver.

**FLOTILLE SEJLADS:** Der vil på flere **lørdage** (1 x pr måned) blive arrangeret "Flotille-sejlads", dvs. sejlads i store både med erfaren rorsmand, hvor man følges ad rundt på søen. Det er fra kl. 10:00 til ca. kl. 12. Her kan nye sejlere være med sammen med en forældre eller andre. Det meldes ud på mail fra gang til gang.

### AKTIVITETSKALENDER:

**10/4, lørdag TILMELDING for alle nye optier og Grundteori** for nye og begyndere kl. **14:00-16:00**. Også generel orientering for nye sejlere og deres forældre på havn/i klubhuset  
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**.



# SES UNGDOMSAFDELING



**17/4, lørdag** **Teori for nye sejlere! kl. 14:00-16:00.** Gennemgang af teori, lidt praktisk i jollen, knob binding m.m.. Ansv.: **Claus** og Poul.

Dato aftales: **16:30 FEVA, LASE+ZOOM8 joller klargøring.** Øvede sejlere og Oscar(?), Vilma(?) og Claus mødes for gennemgang og klargøring af jollerne. **Ansv.:** Claus.

**24/4, lørdag** **Fordeling og klargøring kl. 14:00-16:00.** af klubbens opti- m.fl. træningsjoller til nye og flere-års sejlere samt orientering til forældre om forårets program Ansv. Claus og Poul.

**OG MÅSKE** **Besøg i Hillerød svømmehal ca. 18:00-19:00. Øvede sejlere er også velkomne.** Ansv.: Claus (bademester) og Poul. Forældre for **jolletransport.**

**25/4, søndag** **Kl. 12:00:** Sjøv med joller i havnen. **Kl. 13:00 Standerhejsning,** (markerer åbning af en ny sejsæson) **Det er VIGTIG AT VÆRE MED også i år!!!**

**26/4, mandag** **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 (Hjalte?). **Fortsætter mandage i hver uge til sommerferien.**

14/6, mandag **MÅSKE! Forældresejlad** for alle optimister med forældre og andre, kl. 16:30. Ansv.: Claus, Poul + forældre! Der arrangeres fælles spisning efter sejladsen. Tilmelding til Claus.

(Skt. Hans bål onsdag aften d. 23. juni for alle der har lyst. OBS: Aflyses, hvis det er for tørt.

28/6 til 2/8 **Sommerferie-perioden.** Der sejles fælles træning / tursejlad **mandage kl. 16:30.** Sejlerne opfordres til at deltage så meget som muligt. Der kan også aftales andre tursejlad-dage hvis der er interesse og forældrestøtte.

9/8 mandag **Praktisk undervisning starter igen efter sommerferien** – grundtræning opti, m.v. på mandage og kap-sejlad på onsdage (måske). Fortsætter til slut sept./start okt.

**20-22/8, Weekend** **Sommer-Sejlad** for alle optimister & juniorer. En weekend, hvor vi sejler fredag aften og spiser aftensmad i klubhuset. Lørdag mødes vi kl. 9:30, medbringer frokost og sejler så langt som vinden bringer os. Vi går i land og laver konkurrencer. Frokost ved Kongens Bøge. Der sejles retur til klubhuset sidst på eftermiddagen, hvor der arrangeres **SEJLER-MIDDAG.** Der vil være mulighed for overnatning i klubhuset. Søndag mødes vi tidligt til morgenmad og mere sejlad. Vi er tilbage i klubhuset ca. kl. 12. med lidt restefrokost. Ansv.: Claus, Poul og **FORÆLDRE.**

2/10, 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 og Nina. Og Oscar og Vilma.

**TRÆNERE:** Ungdomsleder: Claus Møller, Båstrupvej 230, 3480 Fredensborg / 2163 8831.  
Bådfører og hjælpetræner på mandage: Poul Meldgaard / 2147 0464  
Hjælpe-trænere Hjalte Hvid og Nina Fabrin på nogle mandage.

Træner Onsdage: Vilma og Oscar (FORHÅBENTLIG).