



ÅRSPLAN 2025: Opti-, TERA-, Zoom8, FEVA-sejlere

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

- Optimist **grundtræning (BEGYNDER)** - mandage (Claus, Poul)
- **Øvet sejlads** – mandage med separat følgebåd (Jan)
- **Kølbådssejlads** – tirsdage for øvede (niveau som duelighedsbevis)

VIGTIGT: FÅ INVITERET NYE SEJLERE. Vi har nogle øvede 2024-sejlere og ny liste med interesserede !

Man kan også deltage i klubbens kapsejlads på tirsdage (**aftenmatch**).

MANDAGE: Grundtræningen for optimister vil blive afholdt af Claus, Poul m.fl. **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 ungdomsleder og træner jolle-type til forårssæson.

TRÆNING: Vi mødes på Fredensborg Havn **16:30, rigger jollerne til** og holder **SKIPPER-MØDE ca. 17:00**. Instruktørerne giver besked til forældrene om forventet tidspunkt for afslutning, normalt retur i havnen ca. 18:30. Afslutning før 19:00 på 1. sal.

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 der behov for varetagelse af andre forældreopgaver, f.eks. at have kage med.

FAMILIE-SEJLADS: Der vil på flere **lørdage** (1 x/måned?) blive arrangeret "Familie-sejlads", dvs. sejlads i store både med erfaren rorsmand, hvor man sejler 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:

29/3, lørdag: TILMELDING kl. 14:00 for alle nye optier og Grundteori for nye og begyndere. Generel orientering for nye sejlere og deres forældre på havn og i klubhuset. Slut ca. 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**.

5/4, 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.

OG

Besøg i Hillerød Svømmehal ca. 18:00-19:00. Øvede sejlere er også velkomne. Ansv.: Claus (bademester) Poul og flere. Forældre for **jolletransport**. (Forbehold for reservation i Hillerød Svømmehal).



SES UNGDOMSAFDELING



- 26/4, 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.
- 27/4, søndag** **Kl. 12:00:** Sjov med joller i havnen. **Kl. 13:00 Standerhejsning**, (markerer åbning af en ny sejlsæson) **Det er VIGTIG AT VÆRE MED hvert år!!!**
- 28/4, mandag** **START Grundtræning Opti, TERA, FEVA og Zoom8.** 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 og Jan. **Fortsætter mandage i hver uge til ca. 1. okt.**
- 9/6, mandag **Forældresejlads (PINSE)** for alle optimister, forældre og andre, kl. 16:30. Ansv.: Claus, Poul + forældre! Der er fællesspisning efter sejladsen. Tilmelding til Claus.
- 14-15/6 **Sommer Camp:** Sejlads i 2 x FEVA og sjov med vandsportudstyr (SUP, Sit-On-Top kajak, Wind Surf) ved badebro. Ansv.: Claus, Poul, Jan og Forældre.
- 19/6 torsdag **Banesejlads – Måske**, hvis der er interesse kan der arrangeres banesejlads. Ansv.: Nina.
- (Skt. Hans bål mandag aften d. 23. juni** for alle der har lyst. Der er også sejlads!).
- 30/6 til 4/8 **Sommerferie-perioden.** Der sejles fælles træning / tursejlads **mandage kl. 16:30.** Sejlerne opfordres til at deltage så meget som muligt. Der kan også aftales andre tursejlads-dage, hvis der er interesse og forældre støtte.
- 11/8 mandag **Praktisk undervisning starter igen efter sommerferien** – grundtræning opti m.v. på mandage og kap-sejlads på onsdage (måske). Fortsætter til slut sept./start okt.
- 22/8-24/8** **Sommer-Sejlads** 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 på havnen eller i klubhuset. Søndag mødes vi tidligt til morgenmad og mere sejlads. Vi er tilbage i klubhuset ca. kl. 12 med restefrokost. Ansv.: Claus, Poul og **FORÆLDRE**.
- 4/10, 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 m.fl.

TRÆNERE: Ungdomsleder: Claus Møller, Båstrupvej 230, 3480 Fredensborg / 2163 8831.
Bådfører og hjælpetræner på mandage: Poul Meldgaard / 2147 0464
Hjælpe-træner: Jan Balschmidt / 2344 5248 OG: Martin H. John / 2067 7483

Træner torsdage: Nina Fabrin / 2041 41 64 (hvis der er lidt tilslutning).