

## Äventyr och spännande möten i klassisk skärgårdsmiljö

Hej,

Vad roligt att du har valt att segla med oss på Marstrand i sommar. Här får du lite information om kursen så att du kan förbereda dig på bästa sätt.

Under veckan kommer vi drilla er i seglingens alla moment. Förutom segling lär vi er ett gott sjömanskap och vi berör områden som navigation, säkerhet, tillägningar, båtunderhåll mm. Efter kursen kommer du att känna dig som en självsäker och kompetent seglare.



### Vilka är vi?

GKSS - har arbetat med segling i 150 år. Du kommer att bli omhändertagen av mycket kompetenta instruktörer i olika åldrar med olika seglingsbakgrund. För mer information besök vår hemsida [www.gkss.se](http://www.gkss.se).

### Vad gör vi på kursen?

Under kursen blandas teori och praktik med fokus på segling. Vi försöker även introducera er till båtägandets alla utmaningar. Vi seglar två pass per dag med en lunchpaus iland. Du kommer att segla en Elan 310 tillsammans med fyra andra elever och en instruktör.

#### Elan 310

I denna båt som är helt ny 2010 seglar vi med femelever och en instruktör. Vi turas om med att styra, trimma storseglet, trimma förseglet och med att sköta avlastare och fall i sittbrunnen. Kort sagt vi övar på seglingens alla delar men pratar även om sjömanskap, båtunderhåll, navigation, tillägningar och säkerhet.

### Praktiska detaljer

#### Kontakt

Ansvarig skeppare kommer att ta kontakt med er före kursstart för att informera och svara på frågor. **Tider**

Samling sker på måndagen kl 14.00 i GKSS klubbhus på Marstrand. Kursen avslutas torsdag kl 16.00 på Marstrand.

#### Mat

Frukost och lunch ingår i priset, middag får ni köpa själva

I Marstrand finns sedan matställen för alla smakriktningar och plånböcker.

## Boende

Vi bor på vårt klubbhus "Korvetten" alldeles vid kajen!

De flesta rum är dubbelrum med våningssängar. Vi hjälper alla till att hålla snyggt omkring oss!

Duschar och toaletter i korridoren.

Där finns uppehållsrum samt ett stort välutrustat kök, om du önskar laga eget!

Fritt WiFi i de flesta rum !

## Hitta hit

### För er som åker bil

Det finns bra vägbeskrivningar på [kartor.eniro.se](http://kartor.eniro.se).

Välj "vägbeskrivning" och fyll i "start", "mål" är "Hamngatan 41 Marstrand". Det finns långtidsparkering vid vägen ner mot färjeläget.

## Packlista

- . Sjöställ, eller regnkläder
- . Lakan Örngott (Sovsäck inte tillåtet ) ev. egen kudde, filter och kudde finns
- . Öronproppar (vi bor granne med en nattklubb)
- . Ömma smidiga skor med ljus sula och stövlar
- . Solkräm och solglasögon, ev. keps och vattenflaska
- . Flytväst (finns att låna om du inte har)
- . Lite varmare kläder och mössa för blåsiga dagar
- . Seglarhandskar, för dig med ömtåliga händer
- . Toalettartiklar
- . Sjösjuketabletter om du vet med dig att du är känslig. (Vi seglar ganska korta och intensiva pass så de flesta klarar sig bra. Men om du vet med dig att du är extra känslig så finns det sjösjuketabletter att köpa på apoteket.)