

Rutin för Kappseglingsläger

08.00 Väckning och städning
09.00 Frukost
10.00 Övningspass 1
13.00 Lunch
14.00 Övningspass 2
18.00 Middag
19.00 Övningspass 3
21.00 Kvällsmat
2230 Kojning och tystnad

Utrustningslista

Sjövärdiga kläder såsom;
Flytväst
Regnställ
Stövlar
Gummiskor
Varma tröjor
Huvudbonad (mössa/keps/solhatt)
Jeans och shorts
T-shirt för flera ombyten

Underkläder/strumpor
För övernattningen;
Sovtäckel/alt påslakan m istoppstäckel
Kudde
Lakan
Toalettartiklar
Badkläder
Handduk/badlakan
Solskyddsstift
Vattenflaska

Preliminärt kursinnehåll för GKSS kappseglingsläger

Start – taktik, vägval
Vägval – vind, skift, strömmar, regler, farkost (föremål)
Teknik - Kryss, rundningar, undanvind
Fart – trimmöjligheter

Ordningsregler för lägerdeltagare på Æolusön

Du får inte utan tillstånd lämna ön. Flytväst skall vara påtagen så fort Du vistas vid hamnen eller nära vatten. Varje båtlag städar själv sitt rum. Tag väl vara på Dina tillhörigheter och märk alla kläder väl. Kvarglömda kläder sparas 2 veckor efter avslutad kurs därefter skänker vi dem till någon hjälporganisation. Rökning är inte tillåten på seglarlägret. Elev som inte respekterar förbudet skickas omgående hem.

Fickpengar till ett belopp ej överstigande 150 kr.

Mobiltelefon

Mobiltelefoni under vistelsen på ön uppfattas av instruktörer och elever som störande, därför skall den lämnas hemma. Självklart får du lov att ringa hem på den fasta telefonen som finns i ledarhuset, likaså kan din mamma och pappa ringa till dig på ön. Telefonnumret är 031-97 03 93 och bästa tiden att nå dig är efter seglingspassen på kvällen. Även Ipad och bärbara datorer är inte tillåtet att ta med på lägervistelsen.

Tänk på att inte ta med dyrbara och fina persedlar. Det händer att man tappar eller på annat sätt förstör. GKSS kan inte i händelse av förlorade eller förstörda kläder, ansvara för eller ersätta uppkommen skada.