

Rutin för nybörjarläger; viss förskjutning av tider kan förekomma

08.00 Väckning och städning
08.30 Frukost
09.30 Grupp I till sjöss, grupp II i land
Grupp I i land, grupp II till sjöss
12.30 Lunch
13.30 Grupp I i land, grupp II till sjöss
Grupp I till sjöss, grupp II i land
17.30 Middag
18.30 Segling (fri gruppering)/kvällsaktivitet
21.00 Kvällsmat

Rutin för fortsättningsläger; viss förskjutning av tider kan förekomma

08.00 Väckning och städning
08.30 Frukost
09.30 Övningspass I
12.30 Lunch
13.30 Övningspass 2
17.30 Middag
18.30 Segling (fri gruppering)/kvällsaktivitet
21.00 Kvällsmat
22.00 Kojning och tystnad
22.00 Nattning

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 kursavslut därefter skänker vi dem till någon hjälporganisation. Rökning är inte tillåten på seglarlägret. Elev som inte respekterar förbudet skickas omgående hem.

Utrustningslista

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

Fickpengar till ett belopp ej överstigande 150 kr.

Underkläder/strumpor
Sovtäckel/alt påslakan m istoppställe
Kudde
Lakan
Toalettartiklar
Badartiklar
Handduk/badlakan
Solskyddsstift
Vattenflaska

Mobiltelefon

Mobiltelefoni under vistelsen på ön uppfattas av instruktörer och elever som störande, därför skall du lämna den 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.

Preliminärt kursinnehåll för GKSS seglarläger

PÅ LAND

Information om GKSS
Genomgång av regler på land
Dagens teori (max 45 min);
Segelbåtens delar, utrustning och skötsel
Dagens knop
Sjövett, sjösäkerhet, allemansrätt
Praktiska observationer
Lära genom att "titta på"
Lekar och bad
TILL SJÖSS
Rigging och skötsel
Ledare seglar före och visar
Seglingsätten
Öva tilläggning
Sjövägsregler
Skärgårdssegling

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.