

## Träningschema GKSS Jolleteam 2017

Datum			Träning	Plats	Tävling
januari	sön	1			
v.1	mån	2			
	tis	3			
	ons	4			
	tors	5			
	fre	6			
	lör	7			
	sön	8			
v.2	mån	9			
	tis	10	17.30-19.00 Fysträning	Hagenskolan	
	ons	11			
	tors	12			
	fre	13			
	lör	14			
	sön	15			
v.3	mån	16			
	tis	17	17.30-19.00 Fysträning	Hagenskolan	
	ons	18			
	tors	19			
	fre	20			
	lör	21			
	sön	22			
v.4	mån	23			
	tis	24	17.30-19.00 Fysträning	Hagenskolan	
	ons	25			
	tors	26			
	fre	27			
	lör	28			
	sön	29			
v.5	mån	30			
	tis	31	17.30-19.00 Fysträning	Hagenskolan	
februari	ons	1	Uppstartsmöte	GKSS, Seglarkrogen	
	tors	2			
	fre	3			
	lör	4			
	sön	5			
v.6	mån	6			
	tis	7	17.30-19.00 Fysträning	Hagenskolan	
	ons	8			
	tors	9			
	fre	10			
	lör	11			
	sön	12			

v.7	mån	13			
	tis	14			
	ons	15			
	tors	16			
	fre	17			
	lör	18			
	sön	19			
v.8	mån	20			
	tis	21	17.30-19.00	Fysträning	Hagenskolan
	ons	22	18.30-20.30	Trim Clinic	North Sails
	tors	23			
	fre	24			
	lör	25			
	sön	26			
v.9	mån	27			
	tis	28	17.30-19.00	Fysträning	Hagenskolan
	ons	1			
	tors	2			
	fre	3			
	lör	4			
	sön	5			
v.10	mån	6			
	tis	7	17.30-19.00	Fysträning	Hagenskolan
	ons	8	18.00	Träff på Trendmar	Trendmark, Billdal
	tors	9			
	fre	10			
	lör	11			
	sön	12			
v.11	mån	13			
	tis	14	17.30-19.00	Fysträning	Hagenskolan
	ons	15			
	tors	16			
	fre	17			
	lör	18	10.00-13.00	Segling	Långedrag
	sön	19	10.00-13.00	Segling	Långedrag
v.12	mån	20			
	tis	21	17.30-19.00	Fysträning	Hagenskolan
	ons	22			
	tor	23	18.00-20.00	Teori Regler	GKSS
	fre	24			
	lör	25	10.00-13.00	Segling	Långedrag
	sön	26	10.00-13.00	Segling	Långedrag
v.13	mån	27			
	tis	28	17.30-19.00	Fysträning	Hagenskolan
	ons	29			

	tor	30	18.00-20.00	Teori Regler	GKSS	
	fre	31				
april	lör	1				
	sön	2	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
v.14	mån	3				
	tis	4	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	5				
	tor	6	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	fre	7				
	lör	8				
	sön	9		Påskläger	Båstad (SSF läger)	
v.15	mån	10		Påskläger	Båstad (SSF läger)	
	tis	11		Påskläger	Båstad (SSF läger)	
	ons	12		Påskläger	Båstad (SSF läger)	
	tor	13		Påskläger	Båstad (SSF läger)	
	fre	14		Påskläger	Båstad (SSF läger)	
	lör	15				
	sön	16				
v.16	mån	17				
	tis	18	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	19				
	tor	20	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	21				
	lör	22		Less Clinic		
	sön	23	10.00-13.00	Segling	Långedrag	LESS Vårregatta
v.17	mån	24				
	tis	25	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	26				
	tor	27	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	28				
	lör	29				Laser GP-1
	sön	30	10.00-13.00	Segling	Långedrag	Laser GP-1
maj	mån	1				
v.18	tis	2	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	3				
	tor	4	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	5				
	lör	6				GKSS OCR, Laser GP-2
	sön	7				GKSS OCR, Laser GP-2
v.19	mån	8				
	tis	9	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	10				
	tor	11	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	12				
	lör	13				Rungsted

v.20	sön	14	10.00-13.00	Segling	Långedrag	Rungsted
	mån	15				
	tis	16	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	17				
	tor	18	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	19				
v.21	lör	20				
	sön	21	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
	mån	22				
	tis	23	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	24				
	tor	25		Vårläger	Marstrand	
v.22	fre	26		Vårläger	Marstrand	
	lör	27		Vårläger	Marstrand	
	sön	28				
	mån	29				
	tis	30	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	31				
juni	tor	1	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	2				
	lör	3				
v.23	sön	4	10.00-13.00	Segling	Långedrag	Laser GP-3, Arkösund
	mån	5				
	tis	6	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	7				
	tor	8				
	fre	9				
v.24	lör	10				
	sön	11	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
	mån	12				
	tis	13	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	14				
	tor	15				
v.25	fre	16		JSM	Uppsala	JSM
	lör	17		JSM	Uppsala	JSM
	sön	18		JSM	Uppsala	JSM
	mån	19		JSM	Uppsala	JSM
	tis	20		JSM	Uppsala	JSM
	ons	21				
v.26	tor	22				
	fre	23				
	lör	24				
	sön	25	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
	mån	26	10.00-16.00	Sommarläger 1	Långedrag	
	tis	27	10.00-16.00	Sommarläger 1	Långedrag	

	ons	28	10.00-16.00	Sommarläger 1	Långedrag
	tor	29			
	fre	30		Norgemästerskap 29er, Laser, Moss	
juli	lör	1		Norgemästerskap 29er, Laser, Moss	
	sön	2		Norgemästerskap 29er, Laser, Moss	
v.27	mån	3			
	tis	4	17.00-20.00	Sommarträning	Långedrag
	ons	5			
	tor	6			
	fre	7			
	lör	8			
	sön	9			
v.28	mån	10			
	tis	11	17.00-20.00	Sommarträning	Långedrag
	ons	12			
	tor	13			
	fre	14			
	lör	15			
	sön	16			
v.29	mån	17			
	tis	18	17.00-20.00	Sommarträning	Långedrag
	ons	19			
	tor	20			
	fre	21			
	lör	22			
	sön	23			
v.30	mån	24			
	tis	25	17.00-20.00	Sommarträning	Långedrag
	ons	26			
	tor	27			
	fre	28			
	lör	29			
	sön	30			
v.31	mån	31			
augusti	tis	1	10.00-16.00	Sommarläger 2	Marstrand el. Långedrag
	ons	2	10.00-16.00	Sommarläger 2	Marstrand el. Långedrag
	tor	3	10.00-16.00	Sommarläger 2	Marstrand el. Långedrag
	fre	4			
	lör	5			
	sön	6			
v.32	mån	7			
	tis	8	17.00-20.00	Sommarträning	Långedrag
	ons	9			
	tor	10			
	fre	11			

	lör	12				
	sön	13				
v.33	mån	14				
	tis	15	17.00-20.00	Sommarträning	Långedrag	
	ons	16				
	tor	17				
	fre	18				
	lör	19				
	sön	20	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
v.34	mån	21				
	tis	22	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	23				
	tor	24	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	25				
	lör	26				Laser SM, Kalmar
	sön	27	10.00-13.00	Segling	Långedrag	Laser SM, Kalmar
v.35	mån	28				
	tis	29	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	30				
	tor	31	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
septem	fre	1				
	lör	2				Laser GP-4 Marstrand
	sön	3	10.00-13.00	Segling	Långedrag	Laser GP-4 Marstrand
v.36	mån	4				
	tis	5	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	6				
	tor	7	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	8				
	lör	9				
	sön	10	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
v.37	mån	11				
	tis	12	17.00-20.00	Segling	Långedrag	
	ons	13				
	tor	14	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	15				
	lör	16				KKKK Skiff regatta, 29er, 49er
	sön	17	10.00-13.00	Segling	Långedrag	KKKK Skiff regatta, 29er, 49er
v.38	mån	18				
	tis	19	17.00-19.30	Segling	Långedrag	
	ons	20				
	tor	21	18.00	Torsdagssegling	Långedrag	
	fre	22				
	lör	23				
	sön	24	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
v.39	mån	25				

	tis	26	17.00-19.30	Segling	Långedrag	
	ons	27				
	tor	28	17.00-19.00	Segling	Långedrag	
	fre	29				
	lör	30				GKSS Skiff regatta, 29er 49
oktober	sön	1	10.00-13.00	Segling	Långedrag	GKSS Skiff regatta, 29er 49
v.40	mån	2				
	tis	3	17.00-19.00	Segling	Långedrag	
	ons	4				
	tor	5				
	fre	6				
	lör	7				KSSS OCR, Laser GP-5
	sön	8				KSSS OCR, Laser GP-5
v.41	mån	9				
	tis	10				
	ons	11				
	tor	12				
	fre	13				
	lör	14				DM Kullavik
	sön	15	10.00-15.00	Segling	Kullavik	
v.42	mån	16				
	tis	17				
	ons	18				
	tor	19				
	fre	20				
	lör	21	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
	sön	22	10.00	KM	Långedrag	KM
v.43	mån	23				
	tis	24				
	ons	25				
	tor	26				
	fre	27				
	lör	28	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
	sön	29	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
v.44	mån	30				
	tis	31				
november	ons	1				
	tor	2				
	fre	3				
	lör	4	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
	sön	5	10.00-13.00	Segling	Långedrag	
v.45	mån	6				
	tis	7				
	ons	8				
	tor	9				

	fre	10			
	lör	11	10.00-13.00	Segling	Långedrag
	sön	12	10.00-13.00	Segling	Långedrag
v.46	mån	13			
	tis	14			
	ons	15			
	tor	16			
	fre	17			
	lör	18	10.00-13.00	Segling	Långedrag
	sön	19	10.00-13.00	Segling	Långedrag
v.47	mån	20			
	tis	21			
	ons	22			
	tor	23			
	fre	24			
	lör	25	10.00-13.00	Segling	Långedrag
	sön	26	10.00-13.00	Segling	Långedrag
v.48	mån	27			
	tis	28			
	ons	29			
	tor	30			
decemb	fre	1			
	lör	2			
	sön	3			
v.49	mån	4			
	tis	5			
	ons	6			
	tor	7			
	fre	8			
	lör	9			Youth Worlds, Sanya Kina
	sön	10			Youth Worlds, Sanya Kina
v.50	mån	11			Youth Worlds, Sanya Kina
	tis	12			Youth Worlds, Sanya Kina
	ons	13			Youth Worlds, Sanya Kina
	tor	14			Youth Worlds, Sanya Kina
	fre	15			Youth Worlds, Sanya Kina
	lör	16			Youth Worlds, Sanya Kina
	sön	17			
v.51	mån	18			
	tis	19			
	ons	20			
	tor	21			
	fre	22			
	lör	23			
	sön	24			



v.52	mån	25
	tis	26
	ons	27
	tor	28
	fre	29
	lör	30
	sön	31











ta, 29er, 49er  
ta, 29er, 49er

ta, 29er 49er  
ta, 29er 49er





