

**Inbjudan till Sprintläger 28-30/7**

**28/7-30/7 2023 för ungdomar 13-20 år.**

**För dej som är trött på att segla enmansjolle och vill utmana dej själv med en ny båt och ny typ av kappsegling, då är detta läger något för dej.**

**Vill prova på att segla med kölbåt J/70.**

**Vill lära dej att sätta ihop ett team, positioner ombord.**

**Hur man som team tar snabba beslut och samarbetar för att uppnå en bra segling, för att genomföra ett Sprintrace.**

**Då är detta läger ett gyllene tillfälle där teori och praktik sammankopplas på ett kul sätt med två erfarna coacher som guidar dej så att du får ett nätverk med seglingsglada vänner som vi hoppas bildar team och fortsätter att samverka och samarbeta inom kappsegling.**

**Datum:** 28/7-30/7 2023

**Plats:** Halmstads Segelsällskap

**Nivå:** Blå

**Båtklass:** Tillhandahållna båtar J/70

**Lägret är öppet för ungdom:** 13-20 år som tidigare seglat minst blå nivå.

Som är nyfikna på att lära sig segla sprint med kölbåtar.

Regler, bana, taktik och bra träningsövningar.

Hur fungerar en J/70?

Hur man sätter ihop ett team?

Att prova på de olika positionerna ombord.

**Arrangör:** Halmstads Segelsällskap

**1. Regler**

1.1 Lägret genomförs i Halmstads Segelsällskaps regi med boende, kost och teori i klubbstugan och segling kommer att ske på Nissan och i Laholmsbukten. Kost och logi från fredag kväll till söndag em ingår i anmälningsavgiften.

1.2 Lägrets upplägg är ankomst fredag 28/7 kväll kl 18. Lägret kommer att genomförs som träning för kappsegling med tillhandahållna båtar, J/70.

1.3 När vattentemperaturen understiger +14ºC ska tävlande ha på sig kläder som ger gott skydd mot nedkylning i vatten, t.ex. våtdräkt eller torrdräkt.

1.4 Ta med egen luftmadrass, sängkläder, kudde, täcke/sovsäck, seglarkläder och övriga privata saker.

**2. Villkor för att delta**

2.1 Alla lägerdeltagare ska vara medlem av en klubb ansluten till Svenska Seglarförbundet eller till sin nationella myndighet.

2.2 Deltagande ska vara minst 10 deltagare och max 20 deltagare.

2 coacher (Ci Eriksson och Tova Källerfelt).

2.3 Båtar tillhandahålls och är försäkrade av arrangören. Lägerdeltagare som orsakar skador på båt, rigg, segel eller utrustning är ersättningsskyldig för skadorna upp till ett maximalt belopp på 10 000 kr per skadetillfälle (självrisk). Skadebeloppet delas och betalas solidariskt av lägerdeltagarna. Då deltagarna är under 18 år krävs att vårdnadshavare godkänner anmälan och på så vis också godkänner att detta villkor tillämpas.

2.4 Läger deltagarna ska fylla minst 13 år det år lägret genomförs och max ha fyllt 20 år det år lägret hålls.

2.5 Båtar med ägarskap eller registrering i Ryssland eller Belarus, eller båtar med deltagare som är ryska eller belarusiska medborgare, eller enbart deltagare som är ryska eller belarusiska medborgare får inte delta i lägret.

**3. Anmälan**

3.1 Anmälan ska göras i Sailarena senast den 2023-07-16.

3.2 Anmälningsavgiften är betalas 1 000kr till Halmstads segelsällskap Bg 301-4388.

Om avanmälan görs senast 1 vecka före lägret eller om arrangören avvisar en deltagares anmälan, kommer anmälningsavgiften att betalas tillbaka

**4. Tidsprogram**

4.1 Fredag Kl 18 ankomst

Kl 18.45 Kvällsmat

Kl 19 Välkomna, Presentation, Coacherna går igenom upplägget med tider inför lördagen och söndagen.

Frukost serveras kl 07.30

Lunch kl 12

Fika kl 15.30

Middag kl 18.30

Avslut kl 16 på söndagen den 30/7.

**5. Genomförande**

5.1 Lägret genomförs som hur det faktiskt fungerar att börja segla sprint och sätta ihop ett lag.

5.2 Deltagarna delas in i grupper och genom teori och praktiska övningar genomför hela proceduren med att prova de olika positionerna på båten, skapa ett lag, hur sprint genomförs med regler och taktik och genomföra en sprinttävling.

5.3 Coacher är Ci Eriksson och Tova Källerfellt.

**6. Lägrets seglingsområde**

6.1 Nissan och Laholms bukten

Vid frågor kontakta Projektledare Linda Smit Halmstads Segelsällskap

0731-571135

[linsmit72@gmail.com](mailto:linsmit72@gmail.com)