

Invitation til tera camp

Alle Terasejlere inviteres til camp i Sejlklubben Køge Bugt. 14-15. marts 2020.

Tilmelding: <http://bit.ly/TeraCampSKB2020>

Vi har to hold

- Kapsejlerhold, som skal sejle (hvis vejret tillader dette). Du skal have tørdragt og passende andet udstyr så der kan sejles et formiddags- og eftermiddagspas.
- Introhold, som holder dry-camp på land. Du skal ikke have sejlerøj med - kun tøj så vi evt. kan være ude.

Under campen vil vil desuden lave aktiviteter, som blander de to hold.



Intro holdet:

Intro holdet er for alle terasejlere! Du behøver ikke have nogen særlig erfaring med at sejle, og du er også meget velkommen selvom du normalt sejler en anden jolletype f.eks. optimist eller zoom. Du skal være frisk på nogle sjove dage med en masse aktivitet og nye venner.

Træningen bliver tilrettelagt efter sejlernes niveau og der er pædagogisk fokus på legende læring også for nyere sejlere.

Vi gennemgår jollen så alle er med på hvad de enkelte dele bruges til. Vi kigger mere på trim af jollen. Vi har fokus på hængeteknik og du kommer sandsynligvis til at sejle Tera på land (<https://www.youtube.com/watch?v=TdEBvuxiKfQ&t=19s>). Vi tager også mystikken ud af at sejle kapsejlads.

Trænere på introholdet er:

- Peter Toft: Daglig træner og ungdomsleder i Sejlklubben Køge Bugt, formand for Dansk Tera Klub.
- Jeppe Krat: En af de dygtigste Tera-sejlere med bla. officelt danmarksmesterskab 2018, Tera VM nr 8 2019. Yngste danske baneleder :-)

Kapsejler holdet:

For at deltage på kapsejler holdet skal du have erfaring med at sejle, være fyldt 11 år og være klar på at give den gas hele weekenden med kapsejladsstræning. Det er sandsynligvis koldt, så du skal gøre dig klar på om vintersejlads er noget for dig.

Kapsejlerholdet træner målrettet op mod verdensmesterskaberne i april samt EM til sommer, men du behøver ikke skulle deltage i EM/VM for at være med på kapsejlerholdet. Holder du af kapsejlads, så er det holdet for dig.

For at være med skal du kunne:

- Svømme 200 meter
- Sejle en hel kapsejladsbane (start, kryds, læns, halvvind) i op til 8 m/sek
- Selv rigge din jolle til
- Selv rejse din jolle ved kæntring

Trænere på kapsejler holdet er:

- Freja: Daglig træner i Sejlklubben Køge Bugt, bestyrelsesmedlem og klassetræner i Dansk Tera Klub

Praktisk information:

Alle danske sejlere på campen skal være medlem af Dansk Tera Klub. Du kan læse mere om Dansk Tera Klub og tilmelde dig her: <https://teraklub.dk/indmeldelse.shtml>

Tilmelding til campen: <http://bit.ly/TeraCampSKB2020>

På campen overnatter vi indendørs i klubhuset. Hejren 15, Greve.

Alle sejlere opfordres til at tage deres egen jolle med. Men kommer du langvejs fra og har du ikke mulighed for dette, kan du leje en jolle for 200 kr (2 dage). Kontakt Peter Toft om dette.

Huskeliste:

Tera jolle + alt grej til den

For kapsejlere: Tørdragt, Sko, handsker, svømmevest med fløjte, hue, varmt tøj til under tørdragten.

Solcreme

Vandflaske

Liggeunderlag/madras

Sovepose/dyne, hovedpude

Toilettaske

Tøj til fysisk aktivitet indendørs og udendørs

Løbesko

Praktisk og varmt tøj og overtøj

Hjælp fra forældre:

Vi har meget brug for hjælp fra forældre til at få det praktiske til at spille! Så har du mulighed for at hjælpe med følgende, må du meget gerne kontakte Peter på mail pto@skb.dk

Pris:

- Alle danske deltagere skal være medlem af Dansk Tera Klub (100 kr)
- Pris for deltagelse: 300 kr

Betaling til bank – reg: 7320 konto: 1340756

Den lave pris gøres mulig via aktiv støtte fra Dansk Sejlunion - vi takker :-)