



WESTWIND SLALOM CAMP®

Dato: 17.-19. juni 2011

Sted: Westwind Bork Havn, Bryggen 10-12, Bork Havn, 6893 Hemmet

Målgruppe

Freeridere og semiracere, der ønsker at sejle stærkere og jibe bedre.

Opbygning

Weekendkursus med teorilektion samt undervisning og fejlretning på vandet.

Indkvartering og forplejning

Morgenmad med lektioner i butikken.

Frokost på stranden.

Aftensmad sammen med lektioner i butikken.

Overnatning på feriecenter, campingpladser m.v. – deltagerne sørger selv for overnatning.

Lektioner

TØRLEKTION: Trim - teori

TØRLEKTION: Trim - hands on på deltagernes udstyr

TØRLEKTION: Krop og mentalitet

TØRLEKTION: Gennemgang og valg af udstyr

VÅDLEKTION: GPS-fartmåling

VÅDLEKTION: Sejlads på baner og bøjer

VÅDLEKTION: Videolearning

VÅDLEKTION: Individuel fejlretning

VÅDLEKTION: Kapsejlads på 8-tal

VÅDLEKTION: Jibetræning

VÅDLEKTION: Langdistance

Underviser

41-årige Søren Christensen er instruktør på kurset. Søren arbejder som direktør i Surf & Ski Danmark og han er chefredaktør på magasinet Surfnews.



Søren er tidligere kapsejler med 13 sæsoner i armene og stadig aktiv windsurfer og kitesurfer.

Lektionsplan

Fredag	15.00-18.00	Ankomst til kurset og træning på vandet
Fredag	18.00-19.00	Aftensmad "dinner transportable" i butikken
Fredag	19.00-21.00	Tørlektioner i butikken
Lørdag	08.00-09.30	Morgenmad og tørlektioner i butikken
Lørdag	09.30-10.30	Hands-on trim lektion foran butikken
Lørdag	10.30-13.00	Vådlektioner
Lørdag	13.00-13.30	Frokost på stranden
Lørdag	13.30-16.00	Vådlektioner
Lørdag	16.00-17.00	Videoptagelser på vandet
Lørdag	17.00-18.00	Fri sejlads og brusebad
Lørdag	18.00-19.00	Aftensmad i butikken
Lørdag	19.00-20.00	Tørlektion valg af udstyr
Lørdag	20.00	Aftenhygge + videogennemgang
Søndag	08.00-09.30	Morgenmad og tørlektioner i butikken
Søndag	10.00-12.00	Kapsejlads/langdistance
Søndag	12.00-14.00	Fri sejlads og frokost på stranden
Søndag	14.00	Afslutning på stranden

Lektionsplanen kan afviges.

I tilfælde af manglende vind

Udflugt til der hvor der er vind.
Udflugt til kabelbanen.

Deltagere

Der er plads til 20 deltagere pr. kursus.
Deltagerne skal kunne vandstarte, sejle i trapez og fodstroppe samt kunne jibe de fleste gange.
Deltagerne skal selv medbringe udstyr, gerne med sejl helt op til 8 m².

Pris og tilmelding

Kursusgebyr ca. kr. 1500,- inkl. kursusmateriale og forplejning.
Kurset købes og betales hos Westwind.

Med venlig hilsen

Westwind
Bryggen 10-12, Bork Havn
6893 Hemmet

telefon 75 28 01 80
info@westwind.dk
www.westwind.dk

