



Tränare: Kristian Åderman

Lördag 28 april

09:30 Samling klubbhuset. Båtarna riggade och i sjön

10:00 Träningspass 1 på havet

12:30 Lunch antingen medhavd eller på Mc Donalds

13:00 Genomgång Klubbhuset

13:30 Träningspass 2 på havet

16:00 Eftersnack klubbhuset samt planering för fredagen

18:00 SPA på Stenungsbaden

19:30 Middag på Stenungsbaden

Söndag 29 april

09:30 Samling klubbhuset med båtarna i vattnet

10:00 Träningspass 3

12:30 Lunch som ovan

13:00 Genomgång

13:30 Träningspass 4 med bl. a. ett race i full skala

1630 Diskussioner och erfarenheter i klubbhuset samt information från förbundet

18:00 SPA på Stenungsbaden i härligt väder

19:30 Middag Stenungsbaden

OBSERVERA

Betala träningen till förbundet 400 kr plusgiro 506823-4 senast 15 april

Betala rankingen 500kr till Stenungsunds SS BG 877-9258

Boka rum och middagar tel. 0303 726800 senast 14 april

Allt detta finns också att läsa i inbjudan under anmälan på hemsidan.