

Åben vintertræning

KDY's Ungdomscenter Rungsted A og øvede B-sejlere



Vintertræning frem til jul

Vintertræningen (som er et samarbejde mellem Hellerup Sejlklub, Yachtklubben Furesøen og KDY) foregår hos KDY på Rungsted Havn, hvor der vil være målrettet træning med erfarne trænere, så at alle deltagere vil få den bedst mulige træning og læring.

Træningen vil foregå hver søndag kl. 10-16. Søndag den 29. oktober er der OCD samling i Hellerup sejlklub, derfor ingen træning denne dato.

Foreløbigt program:

10.00 Skippermøde i små grupper
10.30 1. pas inddelt i grupper
12.30 Frokost
13.00 Skippermøde hele gruppen
13.30 2. pas samlet træning
15.30 Skippermøde, kage og kakao
16.00 Tak for i dag

Pris:

1.200 DKK pr. sejler, hvilket inkluderer træning og frokost

Træningsplan:

- 5. november
- 12. november
- 19. november
- 26. november
- 3. december
- 10. december
- 17. december

Forældreinvolvering:

Forælder forventes tildelt 1 frokostjans samt 1 brovagt gennem forløbet

Tilmelding til vintertræning her:

[http://kdy.dk/aktivitet_detail.php4?
uniq_id=1999&back=index.php](http://kdy.dk/aktivitet_detail.php4?uniq_id=1999&back=index.php)

Tilmeldingsfrist: 23. oktober.