



VINTERTRÆNING AALBORG

Velkommen til en ny sæson med vintertræning i Aalborg Sejlklub!

Aalborg Sejlklub har et enestående koncept bestående af seks hele weekendsamlinger i løbet af vintersæsonen. Vi mødes fredag kl. 19:00 og tager hjem igen søndag kl. 15:00. Der er derfor rig mulighed for at få en masse nye bekendtskaber på tværs af klubberne. Vores mål er selvfølgelig at være så meget på vandet som muligt, hvor vi vil komme omkring alle facetter af en kapsejlad. Trænerteamet har rig mulighed for at lære fra sig, med erfaringer fra stævner verden over på højeste niveau.

Vi har samtidig kapaciteter såsom klatrevæg, boksning, gymnastiksal m.fl., hvis vandet fryser til eller himmel og hav står i et.

Træningen er åbent for alle selvhjulpne jollesejlere, som er interesserede i spændende og seriøs træning vinteren igennem. Tørdragt er dog et krav. Nye sejlere kan deltage i deres første samling uden at binde sig til resten af sæsonen, hvis de ønsker at afprøve, hvorvidt det er noget for dem.

Datoer for de seks planlagte weekender i vintersæsonen 2011/2012:

21. - 23. oktober 2011

3. - 5. februar 2012

11. - 13. november 2011

24. - 26. februar 2012

2. - 4. december 2011

16. - 18. marts 2012

Tilmelding sker senest **onsdag** før hver enkel samling til lassejuhl@gmail.com

Eventuelle spørgsmål kan rettes til Line eller Lasse Juhl på henholdsvis 25 30 50 30 / 25 38 50 64.

For yderligere information, bl.a. priser, se www.sejlsport-aalborg.dk/vintertraening

Vi glæder os til at se jer til den 15. sæson med vintertræning i Aalborg Sejlklub!

Sejlerhilsen trænerteamet

Tobias Kronborg, Sanne Bjerregaard, Line Juhl og Lasse Juhl

