

Velkommen til J70-træningsdag i Lemvig Sejlklub søndag d. 14. april

Program

- 09.00 Morgenkaffe, rundstykker og kort oplæg ved Finn Nikolajsen med fokuspunkter for formiddagens træning
- 09.45 Kapsejladstræning
- 12.00 Frokost ved Slagter Mortensen, som har leveret frokosten hele vintersæsonen!
- 12.30 Kort oplæg ved Finn Nikolajsen om fokuspunkter til eftermiddagens træning
- 12.45 Kapsejladstræning
- 15:30 Kaffe og kage
- 16:00 Oplæg om kommunikation og samarbejde i sejlbåden ved Anders Kjær fra Oure Sejlerakademi. Se mere: <https://oure.dk/nyheder-events/book-et-gratis-foredrag-af-anders-kjaer-fra-oure-kostgymnasiums-sejlerlinje-i-din-sejlkлуб>

Den erfarne sejler Anders Kjær kan styrke både individer og hold, uanset om det er til den lokale onsdagskapsejlad, J70 eller man sejler på store hold ude i verden.

Anders Kjær er til daglig træner på Oures sejlerlinje og har en kandidatgrad i idræt og sundhed med speciale i konkurrence- og eliteidræt med fokus på kommunikation og teamdannelse.

Pris 200 kr. for deltagelse hele dagen alt inkl. Komme du kun til kaffe og kage og foredraget om kommunikation er prisen 50 kr. Tilmelding sker via vores messenger-gruppe, eller til formanden på 30343050 / formand@lemvigsejlkлуб.dk Tilmeldingsfristen er søndag 7. april. Betal via mobilpay Lemvig Sejlklub #40090 ved tilmelding. Besked: "J70"

Vi glæder os til at se jer! De bedste sejlerhilsner J70-udvalget

