



## Velkommen til Hou Sejlklubs SommerCamp 2020

Kære Sejler og forældre,

Hou Sejlklub afholder i år en tre dages sommercamp, der er åben for alle jollesejlere.

Bemærk at alle informationer og opdateringer følger løbende på Hou Sejlklubs Ungdomsafdelings facebook gruppe: ([Klik her](#)).

Adresse:

**Hou Sejlklub, Hou Havn**  
**Strandgade 13, 8300 Odder**

Lørdag den 1. august	Søndag den 2. august	Mandag den 3. august
8.00 - 8.30 Velkomst på Havnen		
8.30 - 9.00 Morgenmad	8.30 - 9.00 Morgenmad	8.30 - 9.00 Morgenmad
9.00 - 9.45 Indkvartering	9.00 - 13.00 Aktivitet 4.	9.00 - 13.00 Aktivitet 7.
9.45 - 13.45 Aktivitet 1	13.00 - 13.45 Frokostpause	13.00 - 14.30 Frokostpause
13.45 - 14.30 Frokostpause	13.45 - 14.30 Fritid & Relax	13.45 - 13.30 Fritid & Relax
14.30 - 18.30 Aktivitet 2	14.30 - 18.30 Aktivitet 5.	14.30 - 18.30 Aktivitet 8.
18.30 - 19.30 Aftensmad	18.30 - 19.30 Aftensmad	18.30 - 19.30 Aftensmad
19.30 - 21.30 Aktivitet 3	19.30 - 21.30 Aktivitet 6.	19.30 - 20.00 Oprydning
21.45 - 22.00 "Godnat"	21.45 - 22.00 "Godnat"	20.00 - 20.30 Tak for denne gang



### Campens Aktiviteter:

Bemærk, at trænerne kan ændre på aktiviteternes rækkefølge, som det passer med vejr og vind.

Aktivitet 1: Jollesejls lige uden for havnen.

Aktivitet 2: Sejltur med joller og Stand Up Paddlings, lags stranden. Med badning og vandleg.

Aktivitet 3: Stranden Hygge (shelter + bålplads længere oppe ad kysten)

Aktivitet 4: Jollesejls med fokus på trim og teknik

Aktivitet 5: Sejls-træning og rønnen rund med joller og Stand Up Paddlings, Windsurf.

Aktivitet 6: Aftenhygge på havnen og badning fra følgebådene.

Aktivitet 7: Kapsejls øvelser og jolletræning

Aktivitet 8: Hou Sejlklub SommerCup 2020 (Kapsejls med præmier)

### Forudsætninger for deltagelse:

Du er 7-15 år og kan svømme

Du medbringer selv svømmevest, våddragt og vådsko. (vi har enkelte svømmeveste og våddragter, som vi låner ud)

At du er en god kamerat og vil have det rigtig sjovt!

### Pris for deltagelse:

Deltagelses pris er 600kr inks. overnatning og forplejning.

Alle penge bliver brugt til at afvikle sommercampen.

### Sikkerhed:

**Det er ikke farligt at sejle, fordi vi overholder følgende krav:**

Der er altid følgebåde bemandede med instruktør/træner.

Vi sejler altid iført redningsvest/svømmevest.

Ingen sejler ud af havnen uden en følgebåd.

Der er altid radiokontakt mellem følge bådene og Brovagten.

Trænerne tager hensyn til vind og vejr, om det er forsvarligt at sejle.

Alle sejlere overholder alle instrukser fra Instruktørerne og Trænerne.



### Pakkeliste:

Madras eller Liggeunderlag  
Sovepose/Dyne og Pude  
Sejlertøj eller regntøj  
evt. våddragt og sko samt svømmevest  
Badetøj og håndklæde  
Træningstøj til morgentræning  
Skiftetøj samt. extra undertøj  
Toilet Sager (inkl. sol creme!)

Drikkedunk og snacks hvis man bliver sulten under træningen  
Sygesikringsbevis (evt. afleveret til de voksne/Træner ved afgang)

### Praktiske informationer:

Tilmelding sker via klubbens hjemmeside: <https://housejklub.dk/jolle/jollelej.html>

Hou Sejlklub garanterer kompetente og uddannede Instruktør og Træner, der skaber sikkerhed under lejren. Forældre kan komme med ud i følgebådene.

### Covid-19:

Alle sejler og forældre bruger sprit inden brug af Klubbens faciliteter og joller. Vi kommer til at holde god hygiejne under hele campen. Alle følgebåde har en sprit beholder, der bruges til at hjælpe sejlerne med at huske god hygiejne. Trænerne og Arrangør har ret til at sende sejler hjem hvis de ikke overholder de forholdsregler og sikkerhedsmæssige instrukser. For at undgå overtrædelsen af covid-19 forsamlingen skal forældre der ikke hjælper sejler eller træner foreholde sig uden for slæbestedet.



## Følgebåde til Lejren:

Tornado Rib 70 hk: (RIB 1) - Thanh Caviglia

Tornado Rib 60 hk: (RIB 2) - Liv Hansen

Pro Safe Rib 20 hk: (RIB 3) - Pia Kjelstrøm Bruhn

Bridge Pro Rib 15 hk: (RIB 4) - Extra...

Under hele lejren er følgebådene bemandede med mindst to Træner/Instruktør, derudover ville der være 1-2 sikkerheds både med Camp-Ansvarlige eller bestyrelsesmedlemmer. Lejren køre primært på kanal L1 for alle Ribs, derudover for at skærpe sikkerheden. Køre Tornado Bådene med en VHF der køre på kanal 16.



## Kontakt Personer:

**Liv Hansen:** Klubformand, Lejrchef & Instruktør

Telefonnummer: +45 29 70 18 30

Email: [formand@housejklklub.dk](mailto:formand@housejklklub.dk)

**Pia Kjelstrøm Bruhn:** Camp-Ansvarlig, bestyrelsesmedlem & Safety Båd

Telefonnummer: +45 71 72 91 72

Email:

**Thanh Caviglia:** Træner-Ansvarlig, Koordinator & Sikkerheds-Ansvarlig

Telefonnummer: +45 41 11 73 97

Email: [Thanhngandavide@gmail.com](mailto:Thanhngandavide@gmail.com)

**Extra Træner:** Hjælpetræner (mangler)

Telefonnummer:

Email:

Vi glæder os til nogle fede dage ude på vandet  
Har i spørgsmål er i velkomne til at ringe eller skrive til en af os!

