



4 RACING



Invitasjon
til treningshelg
7. – 9. mai 2010

Hot News

Start årets seilsesong sammen med toppseileren Jesper Bank og Elvstrøm Sails - nok en gang med Quality Spa & Resort Son som base!

Vi gjentar fjorårets vellykkede arrangement og inviterer til treningsamlingen "4 Racing by Elvstrøm Sails" helgen 7. - 9. mai 2010. Her kan seilere på alle nivå starte sesongen med trening i egen båt eller som mannskap hos andre! Det vil som tidligere år bli seiling lørdag og søndag på pølsebaner hvor deltagerne vil få verdifulle råd & tips på vannet, med påfølgende debriefing på land lørdag før det inviteres det til middag og sosialt samvær på hotellet.

Program

Fredag 7. mai:

Båter og deltagere ønskes velkommen utover ettermiddagen/kvelden til hotellets bryggeanlegg (husk å booke plass!) Kl. 2000 byr vi i Elvstrøm Sails på fiskesuppe til forhåndspåmeldte i "Hollendersalen".

Lørdag 8. mai:

Vi starter kl. 1000 med brifing på land. Deretter kjører vi treningsøkter med variert innhold frem til ca. kl. 1500 - kun avbrutt av kort lunsjpause hver enkelt ordner selv om bord i båtene. Kl. 1700 blir det debriefing i "Hollendersalen" og dagen avsluttes med middag for forhåndspåmeldte kl. 1930..

Søndag 9. mai:

Vi starter opp igjen kl. 1100 med kort brifing på brygga og fortsetter trening på vannet. Dagen avsluttes med 1-2 uhøytidelige regattaer og det forventes å avslutte samlingen senest kl. 1600.



Påmelding / opplysninger



Ønsker du å få et lite forsprang på konkurrentene, melder du deg på "4 Racing by Elvstrøm Sails" senest 30. april 2010 til info@elvstromsails.no eller fax 3341 4142:

Seilnummer:	<input type="text"/>	Båttype:	<input type="text"/>	LYS-tall:	<input type="text"/>
Båtnavn:	<input type="text"/>	Skipper/navn:	<input type="text"/>		
Adresse Postnr./sted:	<input type="text"/>				
Telefon:	<input type="text"/>	Email:	<input type="text"/>		

MERK! All kommunikasjon på vannet vil foregå over VHF!

I tillegg ønskes bindende tilbakemelding/antall på følgende:

personer til Fiskesuppe, fredag kveld
(Elvstrøm Sails spanderer...)

personer til Tapas, lørdag kveld
(205,- pr. person – drikke etter ønske i hotellets bar)

stk. lunsjpakker, lørdag
(135,- pr. pakke^{∗∗})

stk. lunsjpakker, søndag
(135,- pr. pakke^{∗∗})

^{∗∗}Baguette m/salat, ost, skinke, tomat og agurk. Eple, druer og appelsinjuice.

Selve arrangementet er vederlagsfritt, men de som ønsker å benytte hotellets bryggeanlegg (sett kryss nedenfor) blir fakturert for havneavgift pålydende 600,- som gjelder fredag tom. søndag.

Jeg ønsker båten liggende ved hotellets brygge anlegg

Hotellet



Hotellet har også gode tilbud på overnatting og SPA behandlinger. Sistnevnte kan være et flott alternativ til ens bedre halvdel, supportere eller andre som ikke deltar på selve treningen.

Mer informasjon og priser – kontakt:

Quality Spa & Resort Son, Tel.: 6498 4800,
son.booking@choice.no www.sonspa.no

OBS! Vær tidlig ute med bestilling – hotellet er et populært reisemål!

