

## Äventyr och spännande möten i klassisk skärgårdsmiljö

Under veckan kommer vi drilla er i seglingens alla moment. Förutom segling lär vi er ett gott sjömanskap och vi berör områden som navigation, säkerhet, tilläggningar, båtunderhåll mm. Efter kursen kommer du att känna dig som en självsäker och kompetent seglare.

### Vilka är vi?

GKSS - har arbetat med segling i 150 år. Du kommer att bli omhändertagen av mycket kompetenta instruktörer i olika åldrar med olika seglingsbakgrund. För mer information besök vår hemsida [www.gkss.se](http://www.gkss.se).

### Vad gör vi på kursen?

Dag 1: Vi träffas kl 14.00 i Marstrand och inleder med en kort presentation av instruktörer och kursdeltagare och efterföljande introduktion av helgens aktivitet. Efter att vi stuvat båtarna med mat och material ger vi oss av. Vi börjar med enklare båthantering när båten går för motor och sedan sätter vi segel.

Alla får prova att sköta och styra. Tillbaka in i hamnen så pratar vi hur det gick.

Dag 2-3: Dagen startar med teori såsom enklare navigation före avgång från bryggan. Tanken är att kursdeltagarna sköter allt under instruktörens överinseende. Vi kör 30 min på varje position och roterar så att alla skall få göra allt. Vid stopp för lunch blir det även extra träning på tilläggning. På söndagen avslutar vi också med att träna tilläggningar en stund innan vi rundar av och summera helgens upplevelser.

### Elan 310

I denna båt seglar vi med 4-5 elever och en instruktör. Vi turas om med att styra, trimma storseglet, trimma förseglet och med att sköta avlastare och fall i sittbrunnen. Kort sagt vi övar på seglingens alla delar men pratar även om sjömanskap, båtunderhåll, navigation, tilläggningar och säkerhet.



## Praktiska detaljer

### Tider

Samling sker på fredag kl 14.00 i GKSS klubbhus Korvetten i Marstrand. Kursen avslutas söndag kl 17.00 i Marstrand.

### Mat

Lunch ingår i kursavgiften och är beställd i i portionsförpackningar från restaurang. Frukost och middag ingår inte i kursavgiften. På Korvetten finns möjlighet till kök och att laga frukost och middag. På Marstrand finns det också flera restauranger o caféer där man kan äta frukost och middag. Ta gärna med något mellanmål (frukt eller annat)

### Boende

Vi bor på vårt klubbhus "Korvetten" alldeles vid kajen!

De flesta rum är dubbelrum med våningssängar. Vi hjälper alla till att hålla snyggt omkring oss! Duschar o toaletter i korridoren.

Där finns uppehållsrum samt ett stort välutrustat kök, om du önskar laga eget!

Fritt WiFi alla rum !

### Hitta hit

#### För er som åker bil

Det finns bra vägbeskrivningar på [kartor.eniro.se](http://kartor.eniro.se).

Välj "vägbeskrivning" och fyll i "start", "mål" är

"Hamngatan 41 Marstrand". Det finns långtidsparkering längs vägen ner mot färjeläget.

### Packlista

- . Sjöställ, eller regnkläder
- . **Lakan & Örngott** (OBS! Sovsäck är inte tillåtet) Täcke och kudde finns.
- . Öronproppar (Vi bor granne med en nattklubb)
- . Ömma smidiga skor med ljus sula och stövlar
- . Solkräm och solglasögon, ev. keps och vattenflaska
- . Flytväst (finns att låna om du inte har)
- . Lite varmare kläder och mössa för blåsiga dagar
- . Seglarhandskar, för dig med ömtåliga händer
- . Toalettartiklar
- . Sjösjuketabletter om du vet med dig att du är känslig. (Vi seglar ganska korta och intensiva pass så de flesta klarar sig bra. Men om du vet med dig att du är extra känslig så finns det sjösjuketabletter att köpa på apoteket.)