



ESF Rankinggrupp 2020

Rankinggruppen är föreningens träningsgrupp för aktivt tränande och tävlande seglare på nationell- och internationell nivå. Gruppernas seglare förväntas delta i minst 80% av träningsprogrammet samt tränar och tävlar på egen hand utöver träningsprogrammet.

Anmälningen till gruppen sker via hemsidan där avgiften betalas antingen direkt som nätbetalning, eller enligt överenskommelse med faktura (+10€).

Alla som deltar i träningsgruppen ska vara anmälda via den elektroniska anmälningsblanketten innan den första träningen!

Seglarna önskas också delta i SOL-kvalläger, Lageseglingssklinik (v.23), Tävlingsläger I (8-11.6) och II (4-6.8), NM-/EM-/VM-läger enligt representationsplats samt KSSS (2-4.10). För dessa kommer skild anmälan samt deltagaravgift!

Vårsäsong maj-juni

- Tisdagar 5-26.5 kl. 17-20 och 2.6, 16-30.6 kl. 13-16
- Onsdagar friträning + onsdagssegling (15.5→)
- Torsdagar 7-28.5 kl. 17-20 och 4.6, 18-25.6 kl. 13-16
- Tränare med på 2 kvaltävlingar + 1-2 rankingtävlingar

Rankinggruppen håller paus i juli!
Öppna onsdagsträningar hela sommarlovet kl. 13-16

Höstsäsong augusti-september

- Tisdagar 11.8 kl. 13-16 och 18.8-29.9 kl. 17-20
- Onsdagar friträning + onsdagssegling (→4.9)
- Torsdagar 13.8 kl. 13-16 och 20.8-24.9) kl. 17-20
- Tränare med på FM + 1-2 rankingtävlingar

Pris: 275€

Pris: 275€

*Allt program är preliminärt och ändringar kan komma t.ex beroende på väder och vind