

## INVITASJON TIL NOKs REKRUTTSAMLING for OPTIMISTER!

Ran Seilforening og Norsk Optimistjolleklubb (NOK) inviterer til rekruttsamling for Optimistjolleseilere fra hele Vestlandet.

**Sted:** Ran Seilforening, Sotra utenfor Bergen  
**Dato:** 22.-23.oktober 2011  
**Oppmøte:** Lørdag den 22.10 kl 09:30  
**Henting:** Søndag den 23.10 kl 16:00

Hensikten med rekruttsamlingen er å forberede seilerne på deltagelse i Norgescup Optimist og å bli bedre kjent med andre seilere fra samme region gjennom trening og sosialt samvær.

Samlingen er åpen for seilere som planlegger å delta i Norgescup i optimist i 2012. Prioritet vil bli gitt til seilere født i 1999, som vil seile i A-klassen til neste år, men seilere som er født i 2000 og 2001 som skal seile Norgescup i A- eller B-klassen, er velkomne til søke!

Bård Birkeland vil være hovedtrener.

Det blir overnatting i Ranheim. Her er det plass til 25 barn på loftet, og 4 voksne i 1. etasje, Trenerne vil være tilstede om natten – i tillegg trenger vi 1-2 foreldre som vil overnatte.

Alle må ta med seg sovepose/lakenpose/sengetøy/pute  
Ta også med skrivesaker og varmt tøy/ joggesko!

### Program:

Lørdag: 2 økter med seiling og lunsj midt på dagen  
Søndag: Trening, så en avslutningsregatta.  
Ferdig ca. 15:00 - avreise ca. 16:00

Ran SF står for matserveringen og en person på land under treningen. Ran SF stiller også med 2 trener-ribber, bøyer etc.

Min. 2 av seilernes foreldre må bemanne følgebåter. Foreninger med flere deltagere vil bli bedt om å stille med følgebåt.

**Pris for samling: kr 600,-** (Inkl. trenerlønn, kost, losji, bensin, osv.).

Påmelding på mail til undertegnede innen onsdag 19. oktober.

Kontaktperson i Ran SF før og under samlingen:  
Toril Dahl Høgheim, [torill.hogheim@manpower.no](mailto:torill.hogheim@manpower.no)  
Mobil: 906 93 983.

Velkommen til rekruttsamling!

For mer informasjon, følg med på [www.ranseil.no](http://www.ranseil.no) og [www.optimistjolle.no](http://www.optimistjolle.no)