



Æfingabúðir Siglingasambands Íslands í Reykjanesbæ

26. júní - 2. júlí 2022



Staðsetning

Æfingabúðir Siglingasambands Íslands (SÍL) verða haldnar í samstarfi við Siglingafélagið Knörr í Reykjanesbæ þetta árið. Siglingafélagið Knörr tekur á móti okkur í aðstöðu sinni í Grófarhöfn þar sem félagið er nú í óða önn að koma sér upp aðstöðu.

Gisting

Boðið verður upp á gistingu á efri hæð íþróttahússins við Sunnubraut í Keflavík beint á móti Sundlauginni. Þar verður gíst í skólastofum og verður hver og einn að koma með sína eigin dýnu/vindsæng og sæng/svefnpoka.

Sundlaug og búningaaðstaða

Sundlaug Keflavíkur er handan götunnar frá skólanum. Sundlaugin er opin mán-fös frá 06:30–21:30 og lau–sun frá 09:00–18:00 (sjá <https://www.reykjanesbaer.is/is/mannlif/afthreying-utivist/sundlaugar>).

Matur

Innifalið í æfingagjöldum er léttur heitur hádegisverður, kvöldmatur og auk þess eitthvað létt til að grípa í þegar komið er í land. Hádegismatur verður snæddur við siglingaaðstöðu í landi og kvöldmatur verður í íþróttahúsinu. Foreldrar og þátttakendur í æfingabúðunum hafa aðgang að eldhúsi íþróttahússins þar sem einnig verður boðið upp á brauð og morgunkorn til að hafa í morgunmat. Þátttakendur verða sjá um að ganga frá borðbúnaði og ganga vel um.

Þjálfarar

Yfirþjálfari eins og áður verður Tom Wilson frá Bretlandi en hann hefur séð um fjölmargar æfingabúðir hér á landi, síðast árið 2015. Aðrir þjálfarar eru frá siglingafélögum á landinu og sameina þeir krafta sína í að gera þessa viku einstaklega skemmtilega og eftirminnilega.

Æfingahópar

Gert er ráð fyrir að hafa 3 æfingahópa:

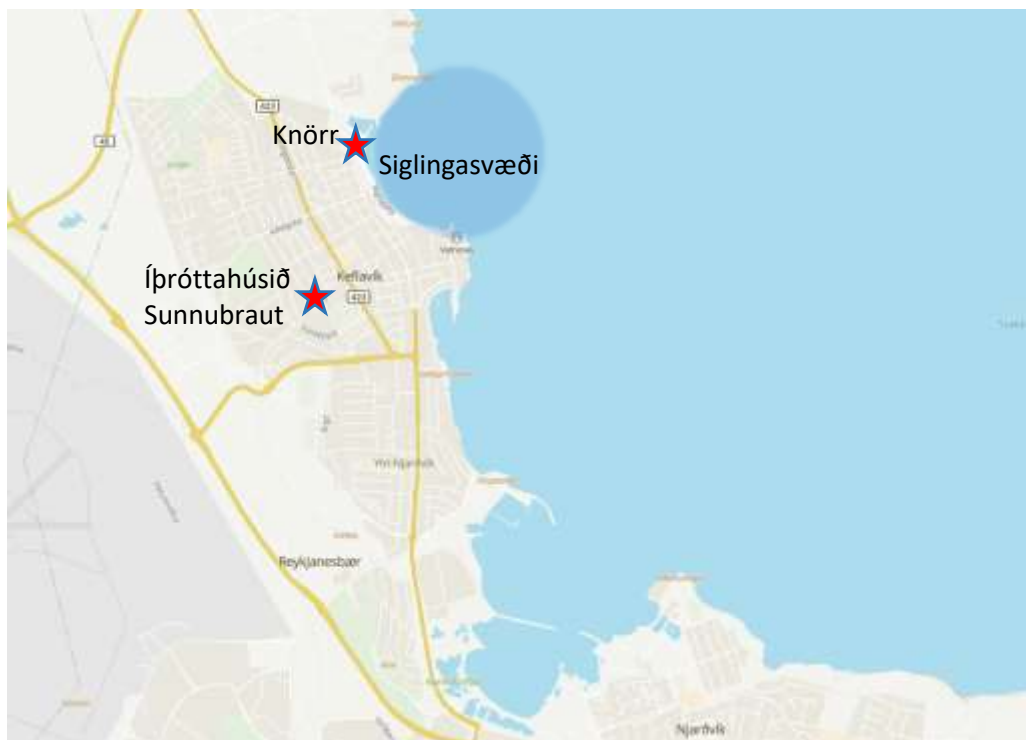
1. ILCA/Laser
2. Keppnishópur Optimist
3. Nýliðar

Nýliða hópurinn er kjörið tækifæri fyrri þá sem eru að stíga sín fyrstu skref í siglingu í minni siglingafélögum landsins til að efla sig og kynnst siglurum úr öðrum siglingafélögum. SÍL hvetur sem flesta nýliða til að mæta á æfingabúðirnar.

Verð og skráning

Verð fyrir æfingabúðir er íkr. 25.000,- á mann innifalið í því er gisting, hádegisverður og kvöldmatur. Skráning er á sil@silsport.is sendið inn nafn, kennitölu og siglingafélag fyrir 20. júní

Siglingasvæði



Aðstaða fyrir báta verður í Grófarhöfn, innst í Reykjanesbæ. Þar er smábátahöfn og ágætis rampur til að sjósetja báta. Knörr er með aðstöðu til að skipta um föt en sturtur eru af skornum skammti. Reynt verður að hafa fiskikar með heitu vatni til að ylja sér þegar komið er í land.

Gott siglingasvæði er fyrir utan höfnina þar sem yfirleitt er hreinn og góður vindur.

Annað

Fjöldmargt er í boði til afþreyingar í Reykjanesbæ og nágrenni. Má þar nefna einstakt landslag Reykjanes en einnig alls kyns söfn og má þar sérstaklega nefna *Vikingaheima* þar sem vikingaskipið Íslendingur er til sýnist. Þar skammt undan er *Stekkjarkot* sem er endurgerð þurrabúðar sem voru algeng hýbíli þeirra er sóttu sjóinn hér áður fyrr. Ekki má heldur gleyma *Rokksafni Íslands* í Bítlabænum Keflavík auk þess sem að rétt við aðstöðu Knarrar í Grófarhöfn er að finna *Duus hús* þar sem byggðasafn Reykjanesbæjar er til húsa og *Bátasafn Gríms Karlssonar*.

Nánari upplýsingar um Reykjanesbæ má finna á heimasíðu Visit Reykjanesbær (sjá: <https://visitreykjanesbaer.is>)

Gæsla kvölds og morgna

Utan æfingatíma eru börn á ábyrgð foreldra eða siglingafélaga þeirra. Því er mikilvægt að siglingafélögin fái foreldra eða forráðamenn til að fylgja sínum félagsmönnum á búðirnar.

