

# Lasten purjehduskoulu aloittelijoille

Vuosaaren Purjehtijat (VP) ja Porslahden Venekerho (PLVK) järjestävät purjehduksen alkeiskurssin Vuosaarenlahdella alkaen ke 4.5.2011 klo 18-20.

Kurssi pitää sisällään:

kaksi teoria-iltaa 4.5. ja 11.5. Klo 18-20 PLVK:lla, yhden uimahalliharjoituksen viikolla 20 illalla Pirkkolan uimahallissa, sekä 3 purjehdusharjoitusta viikko 22 ma, ti, ja ke klo 18-20 VP:n rannassa.

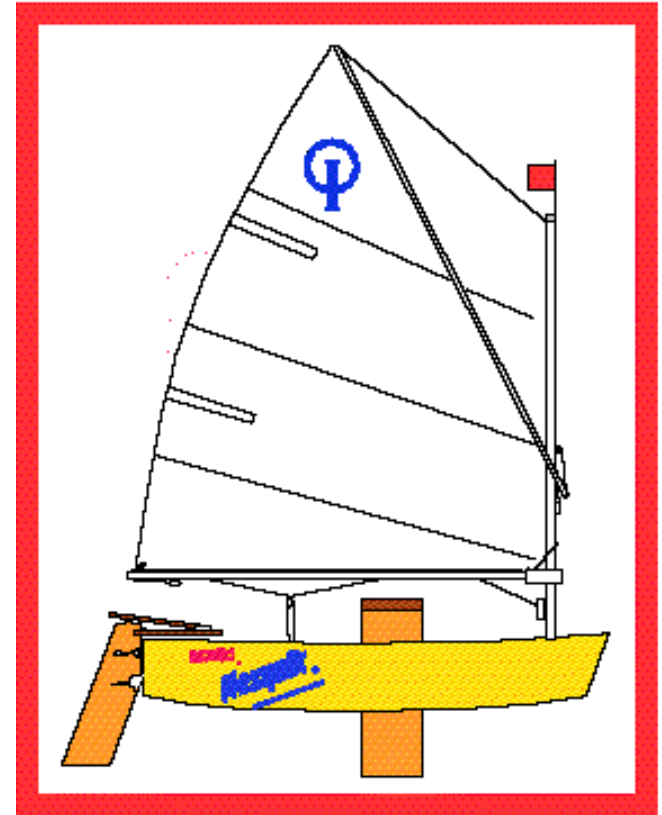
Kurssimaksu on 150 euroa sisältäen ohjauksen, materiaalin sekä uimahallimaksun. Kurssimaksu hyvitetään juniorijäsenen liittymis- ja vuosimaksussa. Aikaisempaa kokemusta ei tarvita; uimataito edellytys, ikä 7-13 v.

Ilmoittautumiset [sirpa.rindell@topevent.fi](mailto:sirpa.rindell@topevent.fi)

Lisätietoja: [tuomo.rantanen@accenture.com](mailto:tuomo.rantanen@accenture.com) p. 0400608801

Paikat varataan ilmoittautumisjärjestyksessä.

Hyvä tilaisuus aloittaa purjehdusharrastus!



Vuosaaren Purjehtijoiden ja Porslahden Venekerhon

## **OPTIMISTIJOLLA-ALKEISKURSSIT**

Kevään 2011 alkeiskurssi pidetään toukokuussa. Kurssin hinta on 150 euroa ja se on suunnattu 7-13 vuotiaille uimataitoisille purjehduksesta kiinnostuneille tytöille ja pojille.

### **Alkeiskurssi:**

teoria 1: ke 4.5. klo. 18.00-20.00

teoria 2: ke 11.5. klo. 18.00-20.00

uimahalliharjoitus viikolla 20

vesiosuus: ma-ke 30.5-1.6 klo. 18-20

Kurssipaikkana on luentojen osalta Porslahden Venekerhon kerhorakennus (osoite Laiturikuja, Helsinki) ja purjehdusharjoitusten osalta paikkana on Vuosaaren Purjehtijoiden ranta ( [www.vuosaarenpurjehtijat.fi](http://www.vuosaarenpurjehtijat.fi)). Kurssille ovat tervetulleita niin lapset kuin heidän vanhempansakin. Toivomme, että vanhemmat olisivat mukana kuunteluoppilaina koko kurssin ajan. Erityisesti ensimmäisenä iltana suorastaan odotamme vanhempien olevan läsnä juttelemassa junioritoiminnasta, purjehdusharrastuksesta, varusteista tai muista mieltä askarruttavista asioista.

### **TEORIA 1**

Seurojen esittely ja informaatiota junioripurjehduksesta lapsille. Tutustumme toisiimme ja optimistijollaan. Käymme läpi jollan osat ja ominaisuuksia sekä sopivia varusteita jollapurjehdukseen.

### **TEORIA 2**

Opettelemme tuulen suunnan vaikutusta purjeeseen ja muita purjehduksen perusteita kuten skuuttaus, käännökset ja istumapaikka veneessä. Aikuiset laittavat jollia kuntoon ja tutustuvat VP:n ja PLVK:n toimintaan.

## **ALLASHARJOITUS**

Optimistijollan käyttäytymistä vedessä kokeillaan (Pirkkolan) uimahallissa. Aiheena jollan kaato- ja tyhjennys, hauskanpitoa ja vesileikkejä. Varaa mukaan uikkarit, kelluntaliivit ja pyyhe. Kokoontuminen on kassalla 19.30, altaan reunalle kello 20.00. Ajankohta on myöhäinen, koska jollat voidaan viedä altaaseen vasta normaalivuorojen jälkeen n.20.30.

## **VESILEIRI**

Tutustaan optimistijollaan ja sen ominaisuuksiin. Saatetaan jolla purjehduskuntoon, käydään läpi liikkuminen ja istumapaikka jollassa. Jollan pystyssä pysyminen, ohjaaminen sekä rantautumisharjoituksia. Havainnoidaan tuulen suuntaa ja tehdään käännösharjoituksia. Vesillä on mukana kokeneita optipurjehtijoita ohjaamassa melkein kädestä pitäen; takuuvarmaa teho-opetusta. Vesileirin päättäjäiset ja todistusten jako.

Kurssin hinta sisältää kurssiaineiston, uimahallimaksun ja VP:n tai PLVK:n tämän vuoden jäsenmaksun. Jäsenyyden mukana kurssilaiset on vakuutettu Suomen Purjehdus ja Veneily ry:n ryhmävakuutuksella. Kurssin jälkeen oppilaat ovat tervetulleita osallistumaan pursiseuramme ohjattuihin harjoituksiin.

Ilmoittautuminen sähköpostilla [sirpa.rindell@topevent.fi](mailto:sirpa.rindell@topevent.fi).

Lisätietoja antaa: Tuomo Rantanen p. 0400 608801