

Entraînement ERH classe open 5.70



Planning :

29/30 septembre 07

Entraînement + participation championnat SRR

27/28 octobre 07

Entraînement

8 novembre 07

Echauffement open national monotype

Tarifs :

Entraînement 2 jours :

- Propriétaire : 150€

- Equipage : location + entraînement : 495€

Entraînement + régates championnat SRR

+ 30 € d'inscription à la régates (dimanche)

Echauffement 1 journée :

80 € par bateau

A noter :

- Cotisation ERH du Club SRR 2007 : 15€ / pers (pour les non licenciés du Club)

- Licence FFV obligatoire (délivrable à la SRR, (pour les non licenciés du Club)

ECOLE ROCHELLOISE D'HABITABLES

Programme :

Entraînement 2 jours :

Samedi et dimanche:

9h30 briefing à la SRR

11h00 début

entraînement :

vitesse/manœuvres/coordination

équipages/départs

17h00 débriefing vidéo

Entraînement+régates championnat SRR :

Samedi :

9h30 briefing à la SRR

11h00 début

entraînement :

vitesse/manœuvres/coordination

équipages/départs

17h00 débriefing vidéo

Dimanche :

10h00 : départ 1ere

manche

16h00 : retour ponton

17h00 : débriefing

tactique/stratégie/règles de courses

Echauffement 1 journée :

9h30 briefing à la SRR

11h00 début

entraînement :

vitesse/manœuvres/coordination

équipages/départs

17h00 débriefing vidéo +

préparation

tactique /stratégie/météo



Contacts : ERH- Société des Régates Rochelaise
Avenue de la capitainerie
17000 La Rochelle

Tél : 06 60 83 47 27 **Mail** : ecolehabitables@srr-sailing.com