



Kom til Skoleidrættens Foreningsdag om bord på ”Jens Krogh”

Dansk Skoleidræt Nordjylland og Jens Krogh FDF Aalborg Søkrede, vil gerne invitere elever fra 5.kl på Vesterkæret Skole til at være en del af foreningsdagen, som foregår:

**Torsdag d. 19.maj 2022 kl. 9.00 – 15.30
Samt fredag den 20. maj samme tidspunkt
Vestre Fjordvej 67, 9000 Aalborg**

Skoleidrættens Foreningsdag bliver en dag med fællesskab, fysisk aktivitet, masser af begejstring og frisk luft på Limfjorden.

Arrangementet er planlagt således at én klasse deltager torsdag, og én anden klasse deltager fredag.

Det praktiske:

HVEM KAN DELTAGE?	5.kl. Vesterkæret Skole max 25 deltagere
HVAD KOSTER DET?	Det er gratis.
HVAD SKAL JEG HUSKE?	Eleverne skal medbringe madpakke og praktisk påklædning. Der sendes praktiske informationer ud før sejladserne
Kontakt	jenskrogh@jenskrogh.dk

Vi håber, at I har lyst til at deltage i Foreningsdagen.

Bedste hilsener FDF Aalborg Søkrede og Dansk Skoleidræt Nordjylland

Program for dagene

Formiddag 9:00 – 11:30

- Sikkerhedsintroduktion og præsentation af fast besætning.
- Træne sejlsætning og nedtagning
- Træne manøvre for sejl – stagvendinger og bomninger
- Sejlads – holde en kurs, sejle efter bøjer, udkig
- Signalering – hvordan kommunikerer vi med andre skibe.
- Lave mad til søs
- Kaste anker

Frokost til søs/for anker 11:30-12:00

Eftermiddag 12:00-15:30

- Bjærge anker
- Knob og stik – opdelt i grupper
- Stedbestemmelse f.eks. ved krydspejling eller via afstand med radar – opdelt i grupper
- Redningsvest stafet
- Afslutning

Tidsrammen for aktiviteterne forventes at være fra kl. 9:00 til 15:30. Vi forventer at skoleklassen møder kl. 9:00 ved søkredsens lokaler, og at programmet er afsluttet kl. 15:30. Programmet er vejledende og afhængig af vejret.