

Aktivitetsplan



Fra: Johan Nyland
Dato: 26.06.2016

Arendals Seilforening

Org. nr. 976 748 646
Pb. 51, 4801 ARENDAL
E-post: leder@asf.no
www.asf.no

SOMMERSEILSKOLE 2016 – UKE26

Trenere

Hovedansvarlig:	Martine Kjøge	994 34 012	Safen
Hovedtrener jolle:	Jon Aksel Mortensen	952 97 595	ASF rib
Hovedtrener brett:	Jens Blågestad	454 83 355	SFA stor rib
Hjelptrener man-tors :	Samuel Selås	??	Egen rib
Hjelptrener fredag :	Marie Funderud Melbye	941 10 590	Egen rib?

Hovedansvarlig har det overordnede ansvaret:

- For å sende ut informasjon til påmeldte deltagere før kursstart.
- Med å planlegge og organisere aktivitetene, trenerne og seilerne.
- Inndeling og fordeling av påmeldte i grupper, samt foreta nødvendige justeringer underveis.
- Koordinering mot hovedtrener for brettaktiviteten på idrettsleieren.
- For nødvendig tilrigging og opprydding før, etter og under leiren.
- For å foreta nødvendige justeringer underveis i forhold til vær og vind, etc.
- For at nødvendig sikkerhet på sjøen ivaretas og for nødvendig oppfølging/håndtering dersom ev. personskader skulle oppstå.
- For kontakt med foreldre, Hoveleiren / Hove camping, vertskap på seilerhytta.
- Med å påse ønsket grensesnitt med cafeen / camping (se eget punkt).
- Med å informere og avklare med vertskapet på seilerhytta ev. felles grilling til lunsj to dager og felles utdeling av vafler to andre dager.
- Ta gruppebilde av alle deltagerne som sendes til johan.nyland(at)live.no innen torsdag for produksjon av diplombilde for utdeling ved leirslutt.

Hovedtrener brett/jolle har ansvaret for:

- Organisering og forberedning av opplæringen for sin gren i samråd med hovedansvarlig.
- Det praktiske med gjennomføring av seilaktiviteten innen sin gren.

Hjelptrener:

- Bistår der det trengs.
- Tildeles oppgaver underveis.

Program

Mandag – fredag

- 08.30 Henting Arendal gjestehavn
- 09.00 Oppmøte Hove camping / briefing
- 09.30 Aktiviteter
- 12.00 Lunsj
- 13.00 Aktiviteter
- 15.30 Debriefing / avrundning / opprydding av utstyr
- 16.00 Avreise Hove for de som hentes
- 16.30 Retur Arendal gjestehavn for de som skal plukkes opp i byen

Påmeldte deltagere

13.09.13	Ida Hundhammer Wildeng	Nybegynner (ingen erfaring) Rolf Olav Wildeng 98623437 Hove Camping (09.00/16:00)
22.11.09	Martine Schedelberger Anderssen	Nybegynner (ingen erfaring) Evelyn Schedelberger 47905115 Arendal gjestehavn (08.30/16.30)
23.02.09	Baltasar Beferull-Cervera	Nybegynner (ingen erfaring) Baltasar Beferull-Lozano 48260028 Arendal gjestehavn (08.30/16.30) Baltasar knows to swim in deep water since he was 3 years old, so he has no problem.
27.07.08	Tora Karoline Bording-Wittgren	Nybegynner (ingen erfaring) Martin Ingemann Bording 90684085 Hove Camping (09.00/16:00)
22.05.08	Victoria Juliana Amundsen	Nybegynner (ingen erfaring) Thøger & Alice "98222804/97559265" Arendal gjestehavn (08.30/16.30) Deltar i årets nybegynner gruppe Optimist
31.12.06	Nathalie Daniela Uchto	Nybegynner (ingen erfaring) Michael Uchto, Sofia Uchto 94255498 Hove Camping (09.00/16:00)
29.12.06	Thilde Severine Albertsdatter Sundgot	Nybegynner (ingen erfaring) Torunn Sundgot 45487738 Hove Camping (09.00/16:00)
18.09.06	Pernille Kloster-Jensen	Nybegynner (ingen erfaring) Camilla M. Ånonsen 97528825 Arendal gjestehavn (08.30/16.30)
05.10.06	Pascal Wakker	Rekrutt (litt erfaring) Caroline Wakker 46373912 Arendal gjestehavn (08.30/16.30)
09.08.06	Tobias Seierstad	Rekrutt (litt erfaring) Torbjørn Seierstad 95942915 Arendal gjestehavn (08.30/16.30) Har seil ett år.
25.07.06	Eline Olsbu	Rekrutt (litt erfaring) Elisabeth Olsbu 90587219 Arendal gjestehavn (08.30/16.30)
07.05.06	Leander Rasmussen	Nybegynner (ingen erfaring) Heidi Siljedal 48088173 Arendal gjestehavn (08.30/16.30) Leander var med på seilskolen en uke i fjor, men har ikke seilt noe etter dette.
10.04.06	Rinaldo Eide Bulien	Rekrutt (litt erfaring) Anders Lie Eide 91333382 Arendal gjestehavn (08.30/16.30) Kjører egen båt til Seilerhytta
15.08.05	Sebastian Adrian Uchto	Nybegynner (ingen erfaring) Michael Uchto, Sofia Uchto 94255498 Hove Camping (09.00/16:00) Sebastian er bror til Nathalie.
25.07.05	Charlotte Macmillan-Lawler	Nybegynner (ingen erfaring) Lena 95089934 Arendal gjestehavn (08.30/16.30)
31.05.05	Sofia Beferull-Cervera	Nybegynner (ingen erfaring) Baltasar Beferull-Lozano 48260028 Arendal gjestehavn (08.30/16.30) Sofia knows to swim in deep water since she was 4 years old, so she has no problem.
13.09.03	Anna Hundhammer Wildeng	Nybegynner (ingen erfaring) Rolf Olav Wildeng 98623437 Hove Camping (09.00/16:00)
10.01.02	Erik Wildeng	Rekrutt (litt erfaring) Rolf Olav Wildeng 98623437 Hove Camping (09.00/16:00)
14.05.01	Embla Eskilt Hagalisletto	Nybegynner (ingen erfaring) Anders Moen Hagalisletto 91860078 Hove Camping (09.00/16:00) Vil gjerne på kurs med Anna:) Hun er også påmeldt

Forholdet til Hove camping

- Samlingssted for sommerseilskolen er foreningens klubbhus på Hove.
- Trenere og seilere på sommerseilskolen kan benytte cafeen på lik linje med andre gjester, men ikke til oppbevaring av klær og annet utstyr.
- Trenerne skal påse at bagger og utstyr plasseres ved klubbhuset og ikke beslaglegger sitteplasser oppe ved cafen.
- Toalettene knyttet til den nærmeste inngangen kan benyttes til dobesøk men skal ikke benyttes til skifting etter endt seiløkt da vådraktene som regel etterlater seg mye sand.
- Toalettene skal sjekkes etter endt kursdag og ev. vaskes dersom de er blitt tilgriset.

Andre kontaktpersoner

Vertskap Seilerhytta:	Anne Kjøge	920 97 668	
	Henrik Kjøge	406 30 798	
Jollegruppa ASF:	Johan Nyland	414 44 049	johan.nyland(at)live.no
Seiling For Alle:	Anders Nordberg Aanonsen	950 32 624	anders.n.aanonsen(at)gmail.com
	Terje Tønnesen	907 37 562	terjetonnesen@hotmail.com

IDRETTSLEIREN – AKTIVITET BRETTSEILING

Trenere

Hovedtrener/ -ansvarlig:	Nicolay Egeberg	926 42 610	??
Hjelpetrener søn, man og tors:	Marie Funderud Melbye	941 10 590	SFA liten rib
Hjelpetrener tirs og ons:	Anne Berit Bergstad	952 97 595	SFA liten rib

Hovedtrener har ansvaret for å:

- Innhente nødvendig informasjon og koordinering med Idrettsleieren, herunder:
 - Avklare sammenslåing av aktivitetsøkt 1 og 2, samt aktivitetsøkt 3 og 4 (jf. program)
 - Skaffe tilveie deltakerlister fra Idrettsleieren
- Planlegge og organisere seiløktene, herunder inndeling og fordeling av påmeldte i grupper, samt foreta nødvendige justeringer underveis.
- Hente/bringning av kursdeltakerne til/fra Hoveleiren (sørge for at dette blir ivaretatt)
- Formidle nødvendig informasjon og fordeling av oppgaver til hjelpetrener.
- Sørg for nødvendig koordinering mot hovedansvarlig for sommerseilskolen.
- Sørg for nødvendig tilrigging og opprydding før, etter og under leiren.
- Sørg for at nødvendig sikkerhet på sjøen ivaretas og for nødvendig oppfølging/håndtering dersom ev. personskader skulle oppstå.

Hjelpetrener:

- Bistår der det trengs.
- Tildeles oppgaver underveis.
- Tar kontakt med hovedtrener for spørsmål og avklaringer.

Andre viktige kontaktpersoner:

Leirsjef:	Karete Johansen	988 93 200	karete.johansen(at)idrettsforbundet.no
Hovedansvarlig:	Martine Kjøge	994 34 012	martinekjoge(at)gmail.com

Program

Fullt originalprogram:

<http://idrettsleiren.no/wp-content/uploads/2015/01/Infobrosjyre-Idrettsleir-instrukt%C3%B8r-2016-3.pdf>

Foreløpig fortolkning:

Kl	Lørdag	Søndag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
09.00-12.00		Førstehjelpskurs	Seiløkt 1-2	Seiløkt 1-2	Seiløkt 1-2	Seiløkt 1-2
12.15-13.30			Lunsj	Lunsj	Lunsj	
13.30-14.00			Instruktørmøte	Instruktørmøte	Instruktørmøte	
14.00-17.00	Instruktørinfo	Leiråpning	Seiløkt 3-4	Seiløkt 3-4	Seiløkt 3-4	

Merk! Det må avklares om det er deltakere på alle øktene!

SIKKERHETSPLAN

TA FØRST HÅND OM PERSONEN, DERETTER UTSTYRET

Husk: Overblikk – Sikre Skadested - Handle

Sikkerhetsplanen er utarbeidet for å gi ensartet føring i sikkerhetsarbeidet i forbindelse med Sommerseilskolen. Sikkerhetsplanen gir føringer for forebyggende sikkerhetsarbeid under arrangementet og er en handlingsplan dersom ulykke skulle inntreffe.

Vi har alle ansvar for sikkerheten. Først for seilerne, deretter for andre personer og til slutt for materiellet. Det er av største betydning at alle som jobber på sommerseilskolen kjenner til denne sikkerhetsplanen og hva den enkelte har for oppgaver.

Både trenere og seilere skal til enhver tid ha flyteplagg på når de er ute på sjøen.

Inndeling i grupper

Hovedansvarlig sørger for inndeling av elevene i oversiktlige grupper. Antall i hver gruppe trenger ikke være likt, men kan tilpasses alder og ferdighetsnivå.

Gruppene bør organiseres og fordeles slik at to trener alltid har øyekontakt og kan bistå hverandre.

Kommunikasjon

Primært benyttes håndholdt VHF på kanal 72.

Det er den enkelte treners ansvar å sette VHF til lading i seilforeningens klubbhus på Hove over natten!

Merk! For VHFene med batteriskruer i bunn må batteriet tas ut og settes i laderen for at det skal lade!

Sekundært benyttes mobiltelefon.

Varslingsplan

Skulle det hende ulykker varsles alltid hovedansvarlig for sommerseilskolen som igjen er ansvarlig opp mot politi og redningstjeneste.

Kontaktinfo

Martine Kjøge (hovedansvarlig)	994 34 012, ev. VHF kanal 72
Ambulanse	113 (nødnummer) evt. VHF Kanal 16
Legevakt	116 117 (nasjonalt nr) eller 37 09 97 03
Brannvesen	110 (nødnummer) ellers 37 01 38 88
Luftambulans	37 05 26 00
Politi	112 (nødnummer) ellers 02800

Førstehjelp

Mindre skader håndteres på stedet av trener/hovedansvarlig. Ved større/alvorlige skader kontaktes legevakt og oppført(e) foresatt(e) fra påmeldingslisten må varsles.

Det finnes førstehjelpsskrin i klubbhuset på Hove. Hovedansvarlig påser at alle trenerne vet hvor denne finnes før kursoppstart.

Ute på Seilerhytta (hengende på veggen i vaskerommet med inngang fra kjøkkenet) finnes utstyrt førstehjelpssekk. Denne kan hentes ved skade, men skal som hovedregel henge på sitt opprinnelig sted på Seilerhytta.

Samlingsplass

Dersom ulykke eller katastrofe skulle inntreffe samles seilere og trenere ved klubbhuset på Hove.

Helikopter landingsplass er på Gravene på Merdø (teltplassen på vestre del/strand). Landingsplass organiseres av hovedansvarlig i samråd med luftambulansen.