



**Välkommen till Einar- och Emmas vårsamling i Surfski.** Samlingen i år kommer att innehålla mindre teori och mer paddling än tidigare år. Vi beskriver det som träningsläger med seriösa kursinslag. Vi rättar oss efter väder och vind och gör de övningar som lämpar sig bäst efter rådande förhållanden. Finns det vågor gör vi allt som är kul och bra i vågor. Är det plattvatten blir det mer paddelteknik, filmning, intervaller osv. Vi tänker oss många instressanta diskussioner om träning, säkerhet, material etc på kvällarna där alla är med och bidrar. Plats för kursen blir i år Orreviken/Onsala nära Kungsbackafjorden. Blåser det från rätt håll kör vi gemensam downwind – såklart! Om någon önskar prova på dubbel tillsammans med Einar eller Emma så finns möjlighet till det.

**När:** 26-28 april, fredag kl 18 till söndag kl 15 ca.

**Hur:** Vi bor och äter tillsammans i Emmas sommarstuga. Riktigt god mat utlovas (som ni delvis får hjälpa till att laga)! Varje pass delar vi upp oss i två grupper. Fyra paddelpass utlovas. Med största sannolikhet blir det bastubad i Emmas nybyggda bastu (som i skrivande stund inte är riktigt färdig).



**Syfte:** Ha kul tillsammans, boosta formen för den kommande säsongen, bli lite bättre på att paddla surfski.

**Nivå:** Alla deltagare ska kunna sin reentry, kunna klara sig själva och ha erfarenhet av vågor. Hur snabb man är har inte så stor betydelse.

**Pris:** 1800kr inklusive all mat och logi.

**Medtag:** Egen dricka, kläder för att paddla i rådande vattentemperaturer, sängkläder, handduk, surfski och annan paddelutrustning. OBS, medtag kläder för fyra paddelpass. Vissa torkmöjligheter finns.



Anmäl dig genom att skicka ett email till [emma@emmalevemyr.se](mailto:emma@emmalevemyr.se).

Välkomna önskar Einar och Emma