



EAST SIDE SAILING TEAM



## LASTEN JA NUORTEN PURJEHDUSKURSSIT

### TULE MUKAAN VESITURVALLISUUTTA LEIKIN VARJOLLA - JOLLAPÄIVÄÄN LA 16.3. MERITURVAN KOULUTUSALTAALLE LOHJALLE!

Tapahtumassa pääset tutustumaan jolliin, junioreihin, ohjaajiin, kokeilemaan jollan kaatamista sekä oikaisua ja purjehdus-simulaattoreita. Tapahtuman hinta on 5 euroa /lapsi. Mukaan uikkarit, pyyhe ja iloinen mieli!

### PURJEHDUSKURSSIT 7-15 VUOTIAILLE

Purjehduskurssilla opitaan jollapurjehduksen ja vesillä liikkumisen perustaidot sekä samalla saadaan hienoja kokemuksia luonnonläheisestä ja monipuolisesta lajista. Veneen käsittelyyn ja turvallisuuteen liittyvät asiat opetellaan sekä teoriassa rannalla että käytännössä vesillä. Opetusveneinä alkeiskursseilla käytetään pääasiassa optimistijollia. Alkeiskursseille on vaatimuksena ainoastaan uimataito ja reipas mieli!

Kaikki ESST:n alkeiskurssit sisältävät erillisenä ajankohtana olevan harjoituskerran uimahallissa tai Meriturvan koulutusaltaalla. Harjoitus sisältää mm. optimistijollan kaatamista ja oikaisua. Näitä taitoja on mukavampi aluksi harjoitella lämpimässä vedessä.

### ILMOITTAUTUMINEN KURSSEILLE

Kevään ja kesän purjehduskurssien ajankohdat sekä ilmoittautumislomakkeen löydät verkkosivuiltamme [www.eastsidesailingteam.fi](http://www.eastsidesailingteam.fi). Ensimmäiset alkeiskurssit alkavat toukokuussa. Varaa paikkasi ajoissa!

Kursseille osallistujat liittyvät valitsemansa seuran jäseneksi, elleivät kuulu jo johonkin SPV:n alaiseen seuraan. Jäsenyyteen sisältyy purjehtijan tapaturmavakuutus.

Lisätietoja tapahtumista, kurssien aikatauluista, ilmoittautumisesta ESST- seuroista löydät [www.eastsidesailingteam.fi](http://www.eastsidesailingteam.fi) ja vakuutuksesta tietoa löytyy SPV:n sivuilta [www.spv.fi](http://www.spv.fi) jäsenedut.

## TULE PURJEHTIMAAN!

East Side Sailing Team on kahdenkymmentä vuotta vanha itä-helsinkiläinen sipoolainen sekä vantaalainen purjehdusseuran ja venekerhon yhteisliittymä. Se tarjoaa toimintaa ja koulutusta korkeatasoisesta purjehdusopetuksesta sekä -valmennuksesta lapsille ja nuorille. Toiminta koostuu itäisen Helsingin vesialueilla järjestettävistä kursseista, harjoituksista, ja kilpailuista.

