

# INVITATION TIL SPOTKURSUS



Dansk Forening for Rosport  
www.roning.dk

## DFfR Spotkursus: Bølgekursus i Coastal for nye og øvede roere

**Dato:** Lørdag d. 7. august med start kl. 10.00 og slut ved 16-tiden

Kom og vær med til en super oplevelse at ro coastal på Nyborg Fjord og på Storebælt hvis muligt. Dette Spotkursus har fokus på at lære at ro og styre i bølger. Kom og vær med og få denne herlige oplevelse.

Det bliver med sjov roning, læring i at læse bølger og bruge dem på den gode måde til coastalroning. Dette kursus er både for nye og øvede roere.

**Sted:** Nyborg Roklub, Havnepromenaden 6, 5800 Nyborg  
Claus Lerche fra DFfRs Styrmandsuddannelsen står for det. Eventuelt med en underviser mere. 😊



**Kursuspris** kr. 375,00.

**Tilmelding på dette Link her:** <https://roning.nemtilmeld.dk/180/>

**Sidste tilmelding:** Tirsdag d. 3. august.

Der vil blive sørget for sandwich til frokost, kaffe og te. Drikkevarer kan købes i klubben.

**Gyldigt Coronapas** skal fremvises.

### Indhold:

- Coastalroning og styring i bølger
- Roteknik
- Landgang og afgang fra strand
- Indstilling af båd og udstyr
- Sikkerhedsøvelser

**Motorbåd:** Ja der er følgebåd med.

Spørgsmål til dette kursus besvares af Claus Lerche, [C.lerche@outlook.dk](mailto:C.lerche@outlook.dk) mobil 25126625

Mange hilsner

På vegne af DFfRs Styrmandsuddannelse

Kate Skavin, [Kate@skavin.dk](mailto:Kate@skavin.dk) mobil 40868983