

# Paklijst Laser Vago

## Algemeen

- Kleding voor 7 dagen**  
*(houd er rekening mee dat je wel eens nat/vies kan worden)*
- Zwemkleding**
- Schoenen**
  - Een paar waarop je buiten kan rennen en spelen op het grasveld.
  - Een paar reserve
- Slippers voor in het dorp en tijdens omkleden**
- Toiletpullen**
- Handdoeken**
- Beddengoed** (dekbed en kussen aanwezig)
  - hoeslaken voor je matras
  - kussensloop
  - dekbedovertrek of slaapzak
  - indien nodig: slaapmasker *(in deel van de slaapkamers al vroeg licht)*
  
- Portemonnee met zakgeld**
- Postadressen voor het versturen van ansichtkaarten**
- Gegevens zorgverzekering**  
*(mocht bezoek aan dokter nodig zijn, dan nemen we altijd contact met u op)*



## Voor het zeilen

- Wetsuit (eigen of bij ons gehuurd)
  - Bikini/zwempak/zwembroek voor onder wetsuit
  - Lange zwembroek / kort sportbroekje voor over wetsuit
  - Water/surfschoenen\*
  - Zeilhandschoenen\*\*
- 
- Een pet tegen de zon
  - Bij lang haar: haarelastiekjes
  - Zonnebril met een touwtje
  - Zonnebrand (hoge factor en watervast)
  - Regenbroek en regenjas
  - Een kleine tas, om handdoek, trui en portemonnee mee te nemen

### \*Water/surfschoenen

Tijdens het zeilen in een optimist heb je al snel natte voeten en is het dragen van (water)schoenen verplicht. Daarom is het belangrijk om hier geschikte schoenen voor te hebben. Simpele surfschoentjes kan je al voor een paar euro bij een sportzaak halen. Van natte gypsen krijg je blaren.



### \*\*Zeilhandschoenen

Om blaren en open vingers te voorkomen, is het aan te raden om zeilhandschoenen mee te nemen. Deze zijn er met korte- of met hele vingers, wij raden aan die met hele vingers te kopen (bij halve vingers krijg je vaak alsnog blaren aan de bovenste helft van je vingers). Een goedkoop alternatief, wat ook prima werkt, zijn rubber tuinhandschoenen.



# Programma tijdens het zeilkamp

## 07:30 uur - De wekker gaat

Je wordt gewekt door de walstaf. Natuurlijk mag je je nog een keertje omdraaien, als je maar op tijd aan de ontbijttafel verschijnt.

## 08:00 uur - Ontbijt met aansluitend corvee en omkleden

Na het ontbijt ga je je voorbereiden op het zeilen; naar het toilet, insmeren, wetsuit of zeilkleding aan, enzovoort.

## 09:15 uur - Naar de boten en zeilen (ochtend)

De instructeurs staan klaar op de verzamelplek met de waterdichte ton die meegaat en de koelboxen met je lunchpakketje en drinken voor de dag. Vanuit de haven vertrek je zeilend of in een sleep naar het meer.

## 12:30 uur - Lunchpauze en spel

## 13:30 uur - Zeilen (middag)

In de middag gaan we ook nog even het water op, waar naast zeilen ook genoeg tijd is voor zwemmen, spel- en wedstrijdvormen. Aan het einde van de zeildag ruimen we de boten en zeilen netjes op.

## 17:00 uur - Douchen en omkleden

Na het uitspoelen en ophangen van je zeilspullen (op je eigen haakje), ga je lekker douchen en omkleden. Het is nu (na 17:15 uur) ook een goed moment om een ansichtkaartje te sturen of even met thuis te bellen.

## 18:00 uur - Avondeten en aansluitend corvee/vrije tijd

De kampeider en walstaf zorgen ervoor dat je kan genieten van een heerlijke maaltijd, inclusief een toetje. Ook nu heeft weer een groepje corvee, gelukkig wel met een afwasmachine.

## 20:00 uur - Avondprogramma/spel

We verzamelen in de recreatieruimte voor thee/limonade en een koekje. Elke avond organiseren we een groot gezamenlijk spel of activiteit met het hele kamp.

## 21:00 uur - Theorieles

## 20:00 uur - Avondprogramma/spel

We verzamelen in de recreatieruimte voor thee/limonade en een koekje. Elke avond organiseren we een groot gezamenlijk spel of activiteit met het hele kamp.

## 23:00 uur - Bedtijd

Na nog even zelf lezen of kletsen, gaat het licht uit en is het tijd om te slapen.

## Nachtwacht

Vanaf de bedtijd en in de late avond is de nachtwacht altijd in de buurt om te zorgen dat het stil is en er voldoende wordt geslapen in deze intensieve week. Als het nodig is kunnen deelnemers gedurende de nacht aankloppen bij een van de instructeurskamers.