

Dagindeling

Elke dag in een cursusweek heeft een vaste dagindeling. Deze is voor alle dagen gelijk, behalve voor de eerste en de laatste cursusdag. Deze dagindelingen staan hieronder opgenomen. Afhankelijk van het energieniveau/de leeftijd van de cursisten, kan worden besloten om te bedtijden te vervroegen.

Normale dagindeling:

07.00 uur: opstaan

07.30 uur: ontbijt

08.15 uur: bij de boten, vaarklaar maken, begin praktijkinstructie

10.30 uur: koffiepauze

11.00 uur: vervolg praktijkinstructie

12.30 uur: terug aan de steiger, schoonschip maken

12.45 uur: eten

13.45 uur: vervolg praktijkinstructie, hierin 15 minuten panjelpauze

16.45 uur: terug aan de steiger, schip nachtklaar maken

17:00 uur: lesvoorbereiding volgende dag maken (cursisten vrije tijd)

18.00 uur: eten

18.30 uur: vrije tijd of afwassen

19.45 uur: theorie-instructie

20.30 uur: koffiepauze

20.45 uur: vervolg theorie-instructie

21.15 uur: vrije tijd

22.30 uur: lichten uit in slaapzalen, slapen voor degenen die willen (alleen in de jongerenweken!)

23.30 uur: cursisten uit de barzaal en naar bed (alleen in de jongerenweken!)

Eerste dag (selectiedag):

09.30 uur: aankomst cursisten

10.30 uur: aanvang selectievaren

13.00 uur: terug aan de steiger, schoonschip maken

13.15 uur: eten

14.00 uur: vervolg selectievaren

17.00 uur: terug aan de steiger, schip nachtklaar maken

17.30 uur: scheepsraad

18.00 uur: eten

18.30 uur: vrije tijd of afwassen

19.45 uur: theorie-instructie

20.30 uur: koffiepauze

20.45 uur: vervolg theorie-instructie

21.15 uur: vrije tijd

22.30 uur: lichten uit in slaapzalen, slapen voor degenen die willen
(alleen in de jongerenweken!)

22.30 uur: scheepsraad 23.30 uur: cursisten uit de barzaal en naar bed
(alleen in jongerenweken!)

Laatste dag:

08.15 uur: laatste trainingsblok

10.30 uur: koffiepauze

11.00 uur: trainen, eventueel spel

13.00 uur: terug aan de steiger, nachtklaar maken

13.15 uur: eten

13.45 uur: schoonmaken, opruimen

16.00 uur: afsluiting van de cursusweek voor de cursisten (diploma
uitreiking)

16.30 uur: vertrek cursisten