



# JSS SEGLARCOACHNING KICK OFF

TISDAG 26 april  
kl 19.00 – 20.00

Varmt välkomna!

SEGLAR-  
COACHING



Finns 15  
platser kvar.

**Först till kvarn.**

Anmälan sker på hemsidan.

Namn / personnummer

[www.jssklubb.se](http://www.jssklubb.se)

## KVÄLLENS PROGRAM:

- 19.00 Presentation coacher och koncept
- 19.10 Livewebbinar Pia Lobry \*
- 19.40 Konceptet Seglarcoaching, frågor, diskussion.
- 19.50 Vidare önskemål, diskussion.
- 20.00 Slut

## COACHER:

- Lars Ericsson 070-630 46 95
- Peter Fast 070-298 23 48
- Björn Wolgast 070-600 21 75
- Carina Bengtsson 070-172 35 79
- Ralf Lilja 073-672 99 39

Kvällen genomförs digitalt på videolänk i on-line systemet.



Länk till kvällens program får du när du anmäler dig.

Följ med Pia Lobry

på en fartfylld föreläsning

full av tankar om hur

du kan utmana dig själv!

## \*) Första svensk att kappsegla över atlanten!

Äventyraren Pia Lobry älskar utmaningar, och har bland annat som första helt kvinnliga expeditionen seglat till Antarktis, rundat Cap Horn och seglat solo över atlanten. Hur hanterar man ensamhet, stress och anspänning när man är ute i storm och oväder i 32 dygn själv?

Pias största projektet (hittills) är kappseglingen Mini Transat – solokappseglingen över Atlanten i 6.50 m korta båtar. 32 dygn ensam från Frankrike till Brasilien mot 70 andra båtar. Den satsningen tog sammanlagt 2 år.

