

Plan for 1.halvår Optimist Viderekommende 2							Plan for 1.halvår Optimist Viderekommende 1								
Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
1								1							
2		Fysisk trening						2		Fysisk trening					
3		Fysisk trening						3		Fysisk trening					
4		Fysisk trening						4		Fysisk trening					
5		Fysisk trening						5		Fysisk trening					
6		Fysisk trening						6		Fysisk trening					
7		Fysisk trening						7		Fysisk trening					
8		Fysisk trening						8		Fysisk trening					
9		Fysisk trening						9		Fysisk trening					
10		Fysisk trening						10		Fysisk trening					
11		Fysisk trening						11		Fysisk trening					
12					Treningssamling, Tønsberg			12							
13		Teori		Seiltrening				13							
14		Teori		Seiltrening				14							
15					Påske, med påskeleire			15					Påske, med påskeleire		
16		Påske, med påskeleire						16		Påske, med påskeleire					
17	Påske			Seiltrening		NorgesCup, Sandefjord - mulig å seile i R		17	Påske	Seiltrening		Seiltrening			
18		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Tønsberg		18		Seiltrening		Seiltrening		VestfoldCup, Tønsberg	
19		Tirsdagsregatta		Seiltrening				19		Seiltrening		Seiltrening			
20		Tirsdagsregatta		Seiltrening				20		Seiltrening		Seiltrening			
21		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Larvik		21		Seiltrening		Seiltrening			
22		Tirsdagsregatta		Seiltrening				22		Seiltrening		Seiltrening			
23		Tirsdagsregatta		Seiltrening		Pinsleir, Tønsberg		23		Seiltrening		Seiltrening		Pinsleir, Tønsberg	
24	Pinsleir, Tønsberg			Seiltrening				24	Pinsleir, Tønsberg			Seiltrening			
25				Seiltrening				25		Seiltrening		Seiltrening			
26								26							

Plan for 2.halvår Optimist Viderekommende 2							Plan for 2.halvår Optimist Viderekommende 1									
Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag	
27								27								
28								28								
29								29								
30								30								
31								31								
32	ComingStar trening, Tønsberg				ComingStar, Fredrikstad			32	Juniorleir							
33		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Sandefjord		33		Seiltrening		Seiltrening		VestfoldCup, Sandefjord		
34		Klubbregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Åsgårdstrand		34		Seiltrening		Seiltrening				
35		Tirsdagsregatta		Seiltrening				35		Seiltrening		Seiltrening				
36		Tirsdagsregatta		Seiltrening				36		Seiltrening		Seiltrening				
37		Tirsdagsregatta		Seiltrening				37		Seiltrening		Seiltrening				
38		Tirsdagsregatta		Seiltrening				38		Seiltrening		Seiltrening				
39		Tirsdagsregatta		Seiltrening		VestfoldCup, Horten		39		Seiltrening		Seiltrening		VestfoldCup, Horten		
40								40								
41		Fysisktrening					Søndagseiling	41		Fysisktrening					Søndagseiling	
42		Fysisktrening					Søndagseiling	42		Fysisktrening					Søndagseiling	
43		Fysisktrening					Søndagseiling	43		Fysisktrening					Søndagseiling	
44		Fysisktrening					Søndagseiling	44		Fysisktrening					Søndagseiling	
45		Fysisktrening					Søndagseiling	45		Fysisktrening					Søndagseiling	
46		Fysisktrening					Søndagseiling	46		Fysisktrening					Søndagseiling	
47		Fysisktrening					Søndagseiling	47		Fysisktrening					Søndagseiling	
48		Fysisktrening				Juletreseilas		48		Fysisktrening				Juletreseilas		
49		Fysisktrening						49		Fysisktrening						
50		Fysisktrening						50		Fysisktrening						
51		Fysisktrening						51		Fysisktrening						
52								52								