



## Segeln an der Ostsee mit A-Leuten auf der Stella Maris

<http://www.stella-maris.net/segeln.htm>

von Fr, 1.9.- Sa, 9.9.2017

noch Plätze frei!

Abfahrt und Ankunft im Hafen von Rostock

Anbieterin: Vera, Tel. 06222/660709 (AB)  
oder 2012vera@gmail.com



Wir segeln um die Insel Rügen ... machen täglich ein Meeting ... haben keinen Alkohol an Bord ... versorgen uns (12 Leute + Skipper: Ton Lemmers & Maat: Gitti) selbst ... gehen achtsam miteinander um – haben Freude am Segeln, Baden und haben eine schöne Woche miteinander.

Wir – das sind Männer und Frauen mit A-Meetingserfahrung und Ehemalige aus 12 Schritte Kliniken im Alter von 20 Jahren bis 70 Jahren.

Wir treffen uns am Fr 1.9. um ca. 18.30 Uhr zum gemeinsamem Essen und Kennenlernen in einem Hafenlokal im Stadthafen von Rostock. Danach geht es zur ersten Übernachtung an Bord.

Samstagmorgen legen wir nach dem gemeinsamem Großeinkauf ab...



Tägliche Segelzeit ist nach dem Frühstück und Einkauf in Absprache mit dem Skipper und je nach Wind und Wetter bis nachmittags ca. 16/17 Uhr. Vor und nach dem Abendessen (ca. 19.30) ist dann Zeit für einen Landgang. Mittags gibt es einen Imbiss an Bord. Ein Meeting findet nach Absprache statt.

Preis: ca. 600 € (incl. 400 € fürs Segeln, ca. 100 € Hafengebühren und Endreinigung, Bordkasse/Verpflegung ca. 100 €)

Selber mitzubringen sind: warme sportliche Kleidung, Regenkleidung, sportliche Schuhe (mit Gummisohlen), Schlafsack, Personalausweis.

Der Törn endet am Samstag 9.9.17 um ca. 14.00 Uhr.

An- und Abreise organisieren die Teilnehmer in Eigenregie.

Bei Interesse und weiteren Fragen bitte bei Vera melden: Tel. 06222/660709 (AB) oder 2012vera@gmail.com

Mit der Überweisung des Grundbetrages von 400€ auf ihr Konto ist die Teilnahme gesichert.

