

FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
12:00-23:00	09:00-23:00	09:00-17:00

UT 
NJUT
I GRYT

Fre-Sön 18-20 Juni 2021

	FREDAG		LÖRDAG		SÖNDAG
12.00-23.00	Vi öppnar Ut o Njut i Gryt	09.00-10.00	Yoga med Eva-Karin Pettersson på Eköns klippor. Samling nere vid Ostkustenkajak. Yoga mattor och Filtar finns. Kom 08,45 och anmäl er. Pris 150:-	09.00-17.00	Testa kajaker från Aquarius, Rebel kayaks och divine paddle. Fiskekajaker från Feelfree och SUP boards.
12.00-18.00	Testa kajaker från Aquarius, Rebel kayaks och divine paddle. Fiskekajaker från Feelfree och SUP boards.	09.00	Skepparmöte inför Around Häradsjär Paddle Race. Plats Tentipi tältet på gräsplanen. Arrangör NOMADO	09.00-17.00	EPIC Kayaks visar sina kajaker som ni även kan prova. Oscar Engberg är där 12.00-17.00
14.00-17.30	Teknikkurs för er som vill utveckla och förbättra sin paddling med Kevin C Brown och Therese Lundqvist-Jones. Samling nere vid Ostkustenkajak	09.00-18.00	EPIC Kayaks visar sina kajaker som ni även kan prova. Oscar Engberg är där 12.00-18.00	09.00-12.00	Yoga på land och på SUP med Move On SUP. Kostar 450:- Plats Move On SUP Tentipi tält
12.00-17.00	EPIC Kayaks visar sina kajaker som ni även kan prova. Oscar Engberg är där 12.00-18.00	09.00-17.00	Testa kajaker från Aquarius, Rebel kayaks och divine paddle. Fiskekajaker från Feelfree och SUP boards	09.30-16.00	Paddeltur och samtidigt utveckla och förbättra sin paddling med Kevin C Brown och Therese Lundqvist-Jones. Samling nere vid Ostkustenkajak
13.00-16.00	Testa SUP med Move On SUP hur ni kommer igång och paddlar. Plats Move On SUP Tentipi tält.	09.30-12.30	Nybörjarkurs i kajak med Kevin C Brown och Therese Lundqvist-Jones. Samling nere vid Ostkustenkajak	09.00-10.00	Yoga med Eva-Karin Pettersson på Eköns klippor. Samling nere vid Ostkustenkajak. Yoga mattor
13.00-14.00	Guidad kajak tur i Gryts Skärgård.	10.00	Start för Around Häradsjär Paddle Race 2021 utanför klipporna på Ekön.	10.00-12.00	Båttur från Ekön till Häradsjär med Fångö Båttaxi. Min 5 pers. Pris 175:-/person. Ring Annette 070-8392236
18.30-19.30	Yoga med Eva-Karin Pettersson på Eköns klippor. Samling nere vid Ostkustenkajak. Yoga mattor och Filtar finns. Kom 18.15 och anmäl er. Pris 150:-	10.00-15.00	Lär er Grönlandsroll med Västervik Qajaq. Få platser kvar	13.00-15.00	SUP paddling till havs. Move On SUP har teknik träning och guidad tur i Gryts fina skärgård. Plats Move On SUP Tentipi tält. Kostar 300:-
20.00-	Kvällspaddling på SUP boards med Move On SUP. Kostar 100:- + hyra av SUP 150:- Plats Move On SUP Tentipi tält.	10.00-12.00	VACCINAB finns på plats på gräsplanen för TBE Vaccin.		Mat och Dryck
20.00-	Guidad Kvällspaddling med kajak i Gryts skärgårds 250:- om ni vill hyra kajak, annars gratis	11.00-16.00	VACCINAB finns på plats på gräsplanen för TBE Vaccin.		Mat/Fika finns på Restaurangen på Kustcamp Ekön
		11.00-16.00	Prova på Slackline. Jane och Peter Hjelmqvist. Bra balansträning. Plats		Gryts varv har mat och fika
	Mat och Dryck	13.00-16.00	Yoga på land och på SUP med Move On SUP. Kostar 450:- Plats Move On SUP Tentipi tält		Fyrudden har matbutik, restaurang, pizzeria och glass ute vid fyrudden.

	FREDAG		LÖRDAG		SÖNDAG
	Mat/Fika finns på Restaurangen på Kustcamp Ekön	14.00-17.00	Lär er teknisk paddling med kantning och manöver. Kevin och Therese håller i kursen. Sampling nere vid Ostkustenkajak	17.00	Avslutning. Välkomna till Ut o Njut i Gryt 17-19 Juni 2022. Utan Corona Restriktioner så vi kan ha Mat, Musik, Konstutställning, Föreläsningar, Cykel mm
	Gryts varv har mat och fika	14.00-16.00	Båttur från Ekön till Häradskär med Fångö Båttaxi. Min 5 pers. Pris 175:-/person. Ring Annette 070-8392236		
	Fyrudden har matbutik, restaurang, pizzeria och glass ute vid fyrudden.	18.00-18.30	Qajaq Västervik har uppvisning av Grönlandsroll utanför bad bryggan vid Eköns klippor		
		20,00	Kvällspaddling på SUP boards med Move On SUP. Kostar 100:- + hyra av SUP 150:-. Samling nere vid Move On SUP Tentipitält		
			Mat och Dryck		
			Mat/Fika finns på Restaurangen på Kustcamp Ekön		
			Gryts varv har mat och fika och musik på bryggan under kvällen.		
			Fyrudden har matbutik, restaurang, pizzeria och glass ute vid fyrudden.		
			Korv vagnen från Gryts Varv finns på Ekön för den som vill ha snabbmat		
	Reservation för ev. Ändringar i tid kommer att meddelas varje morgon så man kan planera in de aktiviteter man vill göra.		Sociala medier. Facebook/ utionjutigryt. Instagram# utionjutigryt		
	www.utionjutigryt.se				

