



## Hej!

Varmt välkomna till sommarens seglarskola och vi ser fram emot en härlig vecka (eller två) med massor av segling. Vi ses på Sanden kl 9.00 första dagen, då vi börjar med att barnen lär känna varandra och båten. Mitt på dagen äter vi medhavd matsäck gemensamt (mer info finns i avsnittet om utrustning) och kl 16.00 slutar seglarskolan. Seglarskolan anordnas som ett dagläger från kl 9-16, seglarskolan slutar tidigare sista dagen. Från och med dag två finns det möjlighet att lämna barnen kl 8.00. Vi utgår från vårt klubbhus på Sanden i Vänersborg.

## Kursavgift

Betalas via e-postfaktura som skickas ut innan kursstart. Kursavgiften är 1950:-

Du måste registrera dig i vårt medlemssystem för att anmäla dig till seglarskolan, men du blir inte automatiskt medlem. Ingen medlemsavgift kommer att faktureras.

Är barnet redan medlem/familjemedlem dras det av 200 kr på kursavgiften. För dig som har egen optimistjolle erbjuder vi en rabatt med 350 kr. Ange rabattkod: OPTIMIST vid bokning.

## Planering

Under veckan blandar vi teori, praktik och lek utifrån Svenska Seglarförbundets kursplan för seglarskola. Certifierad Seglarskola syftar till att väcka ett livslångt intresse för segling samt att eleverna efter avslutad kurs ska ha nått vissa mål och därmed kunna få ett kursdiplom för att de har varit med och deltagit.

### **Nybörjarkurs - prova och upptäcka:**

Under nybörjarkursen får du lära dig att gasa och bromsa med segelbåt och hur vindens riktning påverkar oss som seglar. Du får också lära dig delarna som finns på en segelbåt, vad de är till för och hur du förbereder allt för att gå ut och segla. Dessutom får du under nybörjarkursen lära dig att lägga till med segelbåt och hur du ska justera seglen beroende på vindens riktning. Vi provar på och upptäcker segling.

#### **Kursmoment Nybörjare:**

- Introduktion
- Båtens delar/Rigga/Knopar
- De olika seglingsätten
- Placering i båten – balans
- Lova/Falla/Gasa/Bromsa/Backa
- Slör/Halvvind Läns/Gipp
- Kryss/Stagvändning
- Lägga till i alla vindriktningar
- Säkerhetskunskap
- Väjningsregler

### **Fortsättningskurs - lära in och befästa:**

Under fortsättningskursen lär du dig de olika seglingsätten grundligt. Vi befäster de kunskaper du fick under nybörjarkursen, förfinar manövrar och lär dig nya moment. Kursen kommer att i stor utsträckning individanpassas efter seglarnas behov och utgår ifrån Seglarförbundets kursupplägg för fortsättningskurs och Grön kappseglingskurs.



## Utrustning

Eftersom vi kommer att vara på och i närheten av vatten är risken för att bli blöt överhängande. Se därför gärna till att ni packat ner det som står i packningslistan. Observera att barnen själva skall ta med sig mat till lunch och fika. Om ni har egen båt så se till att flytkuddar är fungerande och att det finns mastsäkring. Se gärna över om det finns något mer just ditt barn behöver ta med.

### Packningslista:

- Flytväst
- Regnkläder
- Skor/stövlar
- Keps/hatt
- Solglasögon
- Solkräm
- Flera ombyten
- Badkläder
- Handduk
- Matsäck lunch och mellanmål
- Vattenflaska

Vid frågor kontakta gärna Anders Walther [cykeldaren@msn.com](mailto:cykeldaren@msn.com) eller på 0760-287100.

**Vi ser fram emot en härlig seglingsvecka. Hälsningar ledarna!**

