

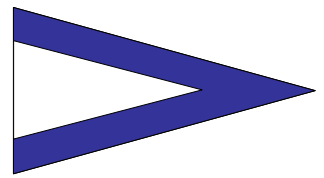
Information til nye sejlere og forældre

i

Skælskør Amatør-Sejlkлубs juniorafdeling
(SAS)



Skælskør Amatør-Sejlkлуб



Som ny sejler og forældre til en ny sejler i Skælskør Amatør-Sejlkлубs juniorafdeling, er der mange ting der er nye, ikke blot for sejleren, men også for forældrene.

Med dette lille hæfte vil vi informere om arbejdet i klubben, og derigennem prøve at give svar på nogle af de mange spørgsmål der naturligt melder sig i den første tid i klubben.

Dette skal dog ikke holde jer tilbage fra at spørge, når der er ting I gerne vil have en forklaring på eller er usikre på.

Forældre og Optimist/Terajlads

Især de første år børnene sejler, har de brug for hjælp til de praktiske ting omkring jollen, når den skal rigges til og sættes i vandet, og igen efter sejlads når jollen og alt udstyret skal skylles og sættes på plads igen. Men det er også vigtigt for børnene at vide at far eller mor venter inde på havnen, hvis de kommer ind før tid.

De første gange børnene er på vandet, kan det for nogle børn være grænseoverskridende at sidde i en jolle, og alene være den der skal få jollen til at sejle. Her er det vigtigt at i som forældre er i nærheden, og kan træde til hvis der er brug for et lille kram og nogle trøstende ord. Husk på at træneren har flere børn med på vandet, og derfor skal dele sin opmærksomhed lige mellem alle sejlerne.

Arbejdet i SAS juniorafdeling hviler på frivilligt arbejde, og for at klubben kan fungere, må forældrene påregne at deltage i de forskellige arbejdsopgaver der er nødvendige for at børnene kan komme på vandet, og dyrke deres sport.

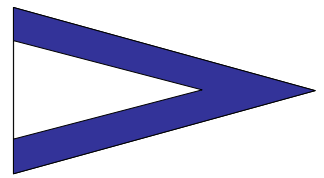
Sejlsport kan hurtigt blive en tidskrævende sport, også for forældrene. Her skal man blot huske på at sejlsport også er en sport, hvor man kan få mange gode oplevelser sammen med sit barn såvel på vandet som på havnen.

Hvordan er juniorafdelingen organiseret

Juniorafdelingen er en afdeling af SAS. Afdelingen har af et juniorudvalg som får sæsonen – både vinter og sommer til at hænge sammen.

Da det som ny i klubben kan være svært at holde rede på hvem der har med hvad at gøre, er der på hjemmesiden en oversigt over kontaktpersoner.





En træningsaften

I sommerhalvåret er der træning hver mandag og onsdag. Sejlerne skal være klar omklædte og med tilrigget jolle kl. 17.00 hvor der er skippermøde. De fleste kommer ved kl. 16.30, så der er god tid til at klargøre jollen, klæde om, og ikke mindst snakke/hygge med de andre sejlere og forældre. På skippermødet informeres sejlerne om aftenens træningsprogram, hvorefter vi går på vandet. Her er forældre altid velkomne til at tage med ud i en af ledsagebådene, så i kan følge jeres barn på vandet.

Omkring kl.19.00 tager sejlerne ind. Jollerne tages op og skylles ind- og udvendig. Sejl, mast, ror og svær skal også skylles og sættes på plads i hallen. Når jollerne er på plads klæder sejlerne om og er klar til skippermøde.

Træningen slutes af med et skippermøde, hvor resultatet af aftenens træning drøftes.

Selv om det at sejle jolle er en individuel sport, er det vigtigt at sejlerne lærer at sejlsport også er fællesskab hvor man hjælper hinanden. Sejlerne hjælper hinanden med at rigge jollerne til og få dem i vandet, og træningen er først slut når alle er færdige med at pakke sammen, og der er ryddet op på jollepladsen.

Påklædning

Det er vigtigt at sejlerne er klædt på efter forholdene, så de har det rart og føler sig godt tilpas. Hvis de sveder eller fryser for meget, kan det være svært at koncentrere sig om det væsentlige, nemlig at sejle.

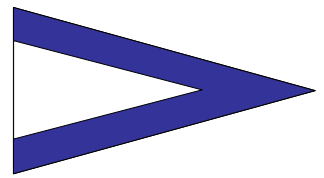
I starten kan man sagtens klare sig med noget varm tøj, en vindtæt jakke, vind og vandtætte overtræksbukser og gummistøvler eller gummisko. Ved valg af påklædning skal man også tænke på at sejleren skal kunne bevæge sig ubesværet rundt i jollen, og naturligvis at tøjet skal kunne tåle at blive vådt.

Vi har dog i klubben en del våddragter og redningsveste, som alle nye sejlere i de første måneder kan låne, indtil det viser sig om interessen holder.

Viser det sig at interessen for sejlsport er vedholdende, begynder ønskerne om specielt sejlertøj at melde sig. Her er det en god ide at rådføre sig med de mere erfarne sejlere og trænerne inden der købes dyrt udstyr. Ofte vil der også være brugt udstyr til salg i klubben.

I juniorafdelingen er der den regel at alle børn og voksne skal have sejlervest eller redningsvest på når de er på vandet. Redningsvesten er ikke så velegnet til joller, da den store krave nemt griber fat i bommen under vendinger. De





fleste vælger derfor en sejlervest. Sikkerhedsmæssigt er den i orden, da der altid er ledsagebåde og andre sejlere i nærheden.

Det forventes at sejlerne som noget af det første personlige udstyr anskaffer en vest. Køb vesten så den passer i størrelse. Køber man en vest "til at vokse i" vil sejleren let kunne glide ud af vesten, og dermed er sikkerheden væk. Er man usikker på, hvilken vest der bør vælges, vil trænerne naturligvis gerne vejlede.

Skiftetøj

Til hver træningsaften skal sejlerne medbringe skiftetøj og håndklæde. Det sker at sejlerne ryger en tur i vandet og bliver gennemblødt, og det er derfor vigtigt at de kan skifte fra "inderst til yderst". Husk også på tørt fodtøj og overtøj.

Hvad kan forældrene hjælpe med

Arbejdet i juniorafdelingen er afhængig af at forældrene tager aktivt del i de mange praktiske opgaver der er, når børnene skal ud at sejle. Uden aktive forældre, kan klubarbejdet ikke fungere.

Der hvor I først vil blive involveret er på de to ugentlige træningsaftener. Ud over at hjælpe børnene med de praktiske ting omkring jollerne, er der nogle opgaver der på skift løses af forældrene.

Klargøre ledsagebåd:

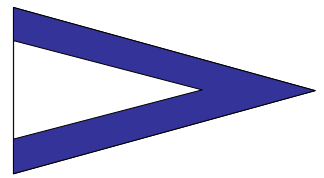
Hver ledsagebåd skal klargøres med benzintank, bøjer osv. før sejlads samt sætte på plads efter sejlads.

Brovagt:

Brovagten hjælper sejlerne med at få jollerne i vandet, tager imod sejlere der kommer ind før tid, og hjælper sejlerne med at få jollerne på land efter sejlads.

Som regel vil der være flere forældre tilstede, der hjælper med søsætning inden sejlads og optagning af jollerne efter sejlads. Under sejladsen, er det som oftest sådan, at alle andre voksne har opgaver på vandet eller på land. Det er derfor vigtigt at brovagten er på jollepladsen, så længe sejlerne er på vandet.

I foråret og igen efter sommerferien, laves der en plan for ovenstående opgaver. Er i sat på en opgave og bliver forhindret, er det vigtigt at i bytter med en af de andre forældre.



Ud over ovenstående opgaver, er der løbende opgaver med vedligeholdelse af materiel og hjælp i forbindelse med deltagelse i stævner osv.

Lån af jolle

Klubben råder over et større antal Optimistjoller i alle kategorier, fra begynderjoller til kapsejladsjoller samt Zoon8, Tera og Feva joller. Jollerne lånes ud til klubmedlemmerne, og fordeles af klubbens trænergruppe.

Især for de yngste sejlere kan det være svært at overskue de forpligtigelser der følger med at låne en klubjolle. Det er derfor naturligt at forældrene tager del i ansvaret for at jollen holdes i orden og behandles ordentligt. Det kan naturligvis ikke undgås at jollerne får skader når de er på vandet, og når det sker er det vigtigt af den materielansvarlige eller en af trænerne får besked hurtigst muligt, så skaden kan udbedres.

Køb af egen jolle

De første år barnet sejler, er det bedst at låne en klubjolle, da jollen og dens udstyr skal passe til sejlerens kunnen og størrelse. Klubjollerne fordeles, og det er således muligt af få en jolle der passer til sejleren.

Nogle forældre vælger at købe en optimistjolle, når deres barn har sejlet nogle år. Det er som oftest til sejlere der går meget op i kapsejlads, og derfor har særlige ønsker til jollen og dens udstyr.

Det er en god ide at rådføre sig med klubbens trænere, inden der købes jolle og andet dyrere udstyr. Der sker jævnligt ændringer af klassebestemmelserne, der gør at en del udstyr ikke længere er tilladt til kapsejladsbrug ved større stævner.

Stævner og kapsejlads

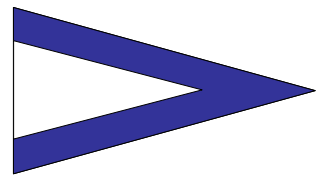
Når de nye sejlere har lært de grundlæggende sejlerfærdigheder, begynder de ofte at vise interesse for konkurrencemomentet i sejlsport. I klubben vil vi træne de forskellige elementer der er i forbindelse med kapsejlads, så sejlerne kan deltage i stævner.

I forbindelse med stævner er der brug for forældrenes hjælp. Der skal arrangeres transport af sejlere, joller og andet grej, hvilket klubben forventer at de deltagende sejleres forældre aftaler indbyrdes.

Til afvikling af de forskellige sejladser, anmoder den arrangerende klub ofte de øvrige deltagende klubber om hjælp i form af ledsagebåde og mandskab til ledsagebåde og dommerbåde. Der er således god mulighed for at deltage



Skælskør Amatør-Sejlklub



aktivt i disse arrangementer, og derved få mange gode oplevelser sammen med sit barn.

Klubmesterskab

Ved sæsonens afslutning afholdes der klubmesterskab, hvor alle sejlere kan deltage. Der afvikles separate sejladsere for A, B, C optimister samt Tera og evt. Feva, således at også nye sejlere, der kun har sejlet i kort tid, kan være med. Mesterskabet kan afvikles over 2 træningsdage eller en alternativ dag. Dagen slutter med uddeling af præmier til klubmestrene i de forskellige klasser samt fællesspisning

