

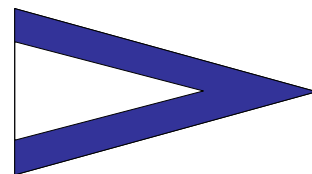
Information til nye sejlere og forældre

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 Søstjerner

Søstjerneholdet er for vores yngste medlemmer fra 5-9 år. Målet er, at de kommende sejlere skal have en god oplevelse omkring vandet og lære at begå sig på, ved og i vandet på en tryk måde.

Træningen er tilrettelagt således, at der kan forekomme såvel landbaserede og vandbaserede aktiviteter. Og såfremt vejret er meget dårligt også indendøre. Vi aflyser ikke, og der er ikke dårligt vejr, men vi sørger for at søstjerneerne kun får udfordringer, som ligger indenfor det vi kan se, at de kan holde til.

De første gange børnene er på vandet, kan det for nogle børn være grænseoverskridende, at sidde i en jolle eller en kajak, men tanken her er, at de vænner sig til oplevelsen på en tryk måde. Kajakkerne kan de sagtens bære til broen 2 og 2, og når der skal prøves en jolle (som regel uden sejl), så kan det være, at der skal lidt voksenhjælp til.

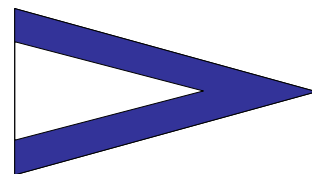
Vi vil gerne have forældre i nærheden, men helst ikke så tæt at søstjerneerne hellere er hos forældre end hos træner(e). Arbejdet i SAS juniorafdeling hviler på frivilligt arbejde, og for at klubben kan fungere, må forældrene påregne at deltage i de forskellige arbejdsopgaver der er nødvendige for, at børnene kan komme på vandet, og dyrke deres sport.

Målet er gode oplevelser og at vise de muligheder, som ligger og venter i de næste år, hvor det at sejle en jolle selv, giver stor selvtilid.

Forældre og Optimist/Tera/Feva/Zoom8/Laser/e-jolle sejlere

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.

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

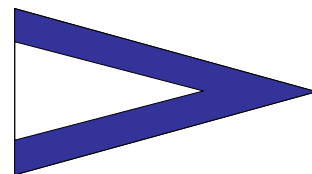
I sommerhalvåret er der træning hver tirsdag (18-20) og torsdag (17-19) (Søstjerner dog kun torsdag fra 17.30-19). Sejlerne skal være klar omklædte og have rigget jolle til kl. 17.00/18.00, hvor der er skippermøde. De fleste kommer 30 min før, så der er god tid til at klargøre jollen, klæde om, og ikke mindst snakke/hygge med de andre sejlere og forældre. På skippermødet informeres sejlerne om aftenens træningsprogram, hvorefter vi går på vandet.

Ca. 20-30 min inden slut tidspunktet tager sejlerne ind. Jollerne tages op og skylles ind- og udvendig. Sejl, mast, ror og svær skal også skylles og alt sættes på plads i materielhusene. Derefter er der skippermøde (tilbage melding / læring fra træning) og sejlerne klæder om.

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, ligesom klubben har en god sponsoraftale med Pro-safe, Winner Shop og Aarhus Seashop. Om salg af godt tøj og udstyr.

I juniorafdelingen er der den regel, at alle børn og voksne skal have sejlervest eller redningsvest på når de er på vandet eller broerne. 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 og vesten vil altid kunne holde sejlerne oppe.

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

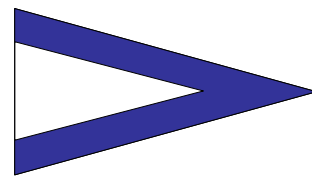
Til hver træningsaften skal sejlerne medbringe skiftetøj og håndklæde. Det sker at sejlerne ryger en tur i vandet og bliver gennemblødt, og det er derfor vigtigt at de kan skifte fra "inderst til yderst". Husk også på tørt fodtøj og overtøj.

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.





Søsætte ledsagebåd:

Hver ledsagebåd skal søsættes med benzintank, nøgle og VHF før sejlads samt sættes på plads efter sejlads.

De 2 store gummibåde søsættes med kran. Hvis trænerne eller andre ikke har låst kranen op, er nøglen er i herrernes omklædningsrum, i en nøgleboks i skabet. Koden er 1915. Løftestropper er i forreste opbevaringsrum på hver gummibåd. De lange stropper skal hægtes i de forreste øjer, de korteste i de bagerste.

Benzindunke er i benzin skuret ved jolle broen. Motornavn/RIB står på benzindunk. Nøgler til både er i første store skab i juniorrummet. Nøgle til juniorrum, benzin skur og det hvide skab i juniorrummet er sammen nøgle som er i nøgleskabet i omklædningsrummet.

Bådene tages op med stævnen (forenden) først. Så passer de til trailere eller bukke. Ved almindelig trænings aften skal RIB placeres i stativet/buk og ikke på trailer. For at minimere risikoen for tyveri.

Den lille søsættes på jollevoognen fra rampen på pladsen. Benzin og nøgler er samme steder som de andres.

Klargøre bøger:

Der klargøres 2*4 bøger til de 2 store gummibåde. Bøger lægges på flydebroen (eller i gummibåde hvis de er ved broen)

Tages op efter træning.

Brovagt:

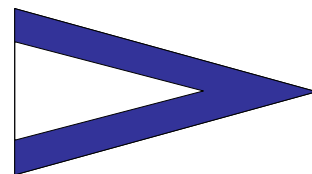
Brovagten hjælper sejlerne med at få jollerne i vandet, tager imod sejlere der kommer ind før tid, og hjælper sejlerne med at få jollerne på land efter sejlads.

Som regel vil der være flere forældre tilstede, der hjælper med søsætning inden sejlads og optagning af jollerne efter sejlads. Under sejladsen er det vigtigt at brovagten er på jollepladsen, så sejlere kan modtages uden at trænerne skal med ind.

Der kommunikeres mellem trænerne og brovagt via VHF.

Vandbaljer til tøj

Vandbaljer stilles udenfor omklædningen og fyldes med vand. Disse bruges til at skylle sejlertøj efter brug og omklædning. Våddragter og veste hænges på bøjle til tørre i det røde skur efter træning.



Vagtbytte

Det forventes, at hvis forældre bliver forhindret i en at tage en vagt, selv sørger for at bytte med en af de andre forældre.

Ud over ovenstående opgaver, er der **løbende opgaver** som alle kan hjælpe med. Det være 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 Zoom8, Tera, Feva, Laser og E-joller. Jollerne lånes ud til klubmedlemmerne, og fordeles af klubbens trænergruppe og juniorleder.

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

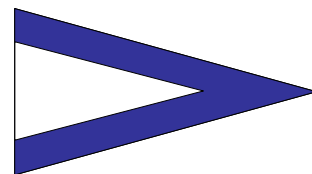
De første år barnet sejler, er det bedst at låne en klubjolle, da jollen og dens udstyr skal passe til sejlerens kunnen og størrelse. Klubjollerne fordeles, og det er således muligt af få en jolle der passer til sejleren.

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 sejlads, anmoder den arrangerende klub af og til de øvrige deltagende klubber om hjælp i form af ledsagebåde og mandskab til ledsagebåde og dommerbåde. Der er således god mulighed for at deltage 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 sejlads for A, B, C optimister samt Tera, Zoom 8, Feva, Laser og E-jolle når der er deltagere, således at også nye sejlere, der kun har sejlet i kort tid, kan være med. Mesterskabet kan afvikles over flere træningsdage. Klubmesterskabet slutter med uddeling af præmier til klubmestrene i de forskellige klasser samt normalt også fællesspisning.

Forældredvalg

Klubben har et juniorudvalg, som refererer til juniorlederen. Heri deltager medlemmer fra trænerstab, juniorleder og gerne også forældre. Derudover har afdelingen et forældredvalg, som løbende tager sig af sociale arrangementer, fællesspisninger og lignende. Udvalget består udelukkende af forældre og rådføres om arrangementer i forbindelse med træninger, ture m.m.

Fællesspisning

Forældredvalget organiserer fra tid til anden fællesspisning – og alle orienteres om dette. Det kan også være en fast ugedag eller en fast dag hver 14. dag/måned. Disse fællesspisninger er for alle – sejlere og familie – og bliver gennemført på skift af alle forældre.

Der udarbejdes en liste over datoerne og hvem der har ansvar for hvilke dage.

SAS, 1. April 2023