



LJSS Seglarskoleinformation 2020



Här kommer information om vår seglarskola som är bra för dig att känna till.

Trygghet

Grundregeln för nybörjare är att man skall känna trygghet!

Fortsättarna kan successivt lära sig segla i friskare vindar i den takt barnen vill. Av dessa anledningar gäller ungefärliga förhållningsregler kring vindstyrkan.

Vi seglar: Upp till ca 4 m/s – här kan alla segla!

Mellan ca 4 – 6 m/s – Varje barn får bestämma själva om de vill segla. Man kan segla ensam, med en medhjälpare i båten eller man kan vara ute i fölgebåtarna.

Vi är på land: Blåser det över ca 6 m/s har vi aktiviteter på land. Fortsättarna kan segla om de vill, men då tar vi ut färre jollar och barnen får turas om att segla. För nybörjarna finns alltid möjligheten att segla med någon av instruktörerna i klubbens 2-Kronor.

Säkerhet

Vi är mycket måna om trygghet och säkerhet, därför gäller följande regler:

- Vi anpassar antalet fölgebåtar till varje seglarskola
- Hjälpledare, dvs. lite äldre barn med stor segelarenhet, är med i jollarna efter behov
- Flytväst är obligatoriskt i båt och på bryggorna.
- Vi provar på hur det är att kapsejsa för alla som vill, detta gör vi under trygga förhållanden vid flytbryggan med en ledare i vattnet som hjälper till.



Seglarskola



LJSS Seglarskoleinformation 2020

- Prata gärna med Instruktörerna om hur du känner det, det är viktigt att man börjar segla i den takt man själv vill. Det är helt ok att vara med i fölgebåten och titta på i början.

LjSS och Covid-19

- Sommarens seglarskola kommer att genomföras som planerat
- LjSS följer RF och Svenska Seglarförbundets rekommendationer och håller oss uppdaterade om senaste nytt
- Seglarskolans elever delas in i mindre grupper
- All teori och samlingar sker utomhus och med avstånd
- Föräldrar uppmanas att respektera våra regler
- LjSS anpassar seglarskolans verksamhet med två ytterligare tält på utsidan
- Ser till att det finns möjlighet att tvätta händerna ofta
- Stanna hemma vid sjukdom
- Vi serverar varm lunch som intages utomhus

Tider seglarskola:

Vecka 25: Midsommarveckan **söndag 14/6 – torsdag 18/6 klockan 09:00-16.00**

Vecka 26: måndag 22/6 – fredag 26/6 klockan 09:00-16.00

Vecka 27: måndag 29/6 – fredag 3/7 klockan 09:00-16.00

Vecka 28: måndag 6/7 – fredag 10/7 klockan 09:00-16.00

Vecka 33 måndag 10/8 – fredag 14/8 klockan 09:00-16.00 * viss tidsförskjutning fredag em

- 9.00 Samling
- **OBS VIKTIGT – Ring och meddela huvudansvarig ledare (Agnes: 076-323 32 20) om ni får förhinder att vara med**
- 10.00 Riggning, ombyte, mellanmål
- Segling och aktiviteter med lunchpaus mitt på dagen
- 15.30 – Alla hjälps åt med att spola av och göra klart jollarna samt att lägga in seglen i förrådet. Fruktstund och samling.
- Klockan 16.00 skall vi vara helt klara.

Lunch

Vi äter lunch utomhus i ett extra tält, eller tar med vid ev. utflykt, som vår egen kock lagar åt oss.

Packning: Under veckan är det även bra om alla barn har med sig följande saker i ryggsäcken:





LJSS Seglarskoleinformation 2020

- Badkläder och handduk
- Solskyddskräm + keps
- Ombyteskläder x 3 st (man blir blöt när man seglar!)
- Flytväst (vi seglar inte med flytvästar som har krage då de utgör en säkerhetsrisk, om ni inte har en jolleflytväst har klubben några stycken att låna ut.)

Klubbens båtar

Vi seglar med tre olika båtar. Klubben har 20 jollar som kallas RS Tera. Det är en enmansjolle som är snabb och säker och har segel som är lätta att anpassa efter vikten på rorsman. Vi har också 4 RS Fevor som är en tvåmansjolle och 4 Två-kronor som är en flermansjolle. I seglarskolan växlar vi så att man får segla olika båttyper.

Anmälan och slutbetalning

Anmäl dig på LjSS hemsida eller maila frågor till seglarskola@ljss.se.

Anmälningsavgift 400 kr har betalats redan vid anmälan för att reservera plats.

Medlemskap i LjSS ingår i kursavgiften och om ni redan är medlem drar ni av medlemsavgiften (200 kr) på slutbetalningen av kursavgiften. Eventuell syskonrabatt och mängdrabatt om 400 kr dras också av vid den slutliga betalningen.

Slutbetalning sker senast 1 juni (totalt 2.300kr)

Ange elevens namn och vilken vecka det gäller i betalningsfältet.

Bg 867-1794

Swish 123 143 6955

Kontakta Helena Barne (0722-426622) om du har frågor

Om att vara seglarförälder.... Föräldrarollen

- Klä barnen rätt! Viktigt med varma kläder, ombyten mm, solskydd, knyt fast kepsen i flytvästen. Torrdräkt är viktigt om man fortsätter att segla när det är kallt i vattnet, men behövs inte till seglarskolan.
- Glöm inte informera ledarna om barnets eventuella allergier/sjukdomar och medicinering.
- Var positiv! Tyck att barnen är duktiga! Var positiv och peppa! Förstå barnens osäkerhet!





LJSS Seglarskoleinformation 2020

Det är naturligt att man kan vara rädd och osäker och det är helt okej! Prata med ledarna. Varje barn bestämmer själv när han/hon vill segla.

- Hjälp till lagom mycket! Hjälp inte bara ditt eget barn. I LJSS försöker vi lära barnen att gemensamt hjälpas åt med båtar och kärror, så det är självklart att vi vuxna också hjälper till med kärror, att hålla båtarna vid bryggorna osv.
- Ingen lär sig segla efter bara en enda vecka! Väder och vind påverkar mycket vad barnen hinner göra och lära sig. Det bästa är om barnen seglar i seglarskolan en vecka på försommaren och sedan kommer och tränar på tisdagar på sensommaren. Då får man öva mer och har större chans att komma över osäkerhet och upptäcka tjustningen med segling.
- INTE ta över... Inte vara med på samlingarna eller tala om hur man ska göra, det är ledarnas roll!

Instruktörsrollen

- Skapa trygghet i att segla en egen båt
- Lära barnen att segla
- Få barnen att vilja lära sig mer och fortsätta segla
- Det är utvecklande att jobba som instruktör. Barn som seglar mycket hos LJSS kan fortsätta som medhjälpare och längre fram gå utbildning i Svenska Seglarförbundet och bli instruktörer.



Föräldraengagemang:

- Vi vill gärna att fler föräldrar engagerar sig i klubben. Vi är glada över vår fina klubb och klubbhus och har flera sektioner att delta i. Hör gärna av dig om du vill engagera dig!
- Olika aktiviteter. Du är välkommen att vara med på LJSS olika aktiviteter. Gå in på hemsidan eller Facebook Ljungskile Segelsällskap för ytterligare information.



Seglarskola



LJSS Seglarskoleinformation 2020

Träning på tisdagar och torsdagar:

- TISDAGSTRÄNING – Klubbens egen träning på tisdagskvällar. Ett perfekt tillfälle att träffas och segla lite i klubbens olika jollar med klubbens egna tränare. Vi tränar tillsammans i olika jollar och vi har fölgebåtar ute som ger extra hjälp åt nybörjarna. Vi försöker alltid hinna sätta på kaffe och är det fint väder vill vi gärna ta fram grillen. Vi har alltid gemensamma samlingar efter träningen där vi går igenom träningen och övningarna.
- TORSDAGAR = POÄNGSEGLING/SEGLASKOJ, Träna på att tävla. Klubbens egen kappsegling på torsdagar. En opretentiös tävling där vi seglar tillsammans efter ett vänligt lågpoängssystem. Vill du inte tävla så har du möjlighet att vara med ändå med fri segling/seglasskoj. Föräldrar är mycket välkomna!
- Träningsavgift betalas om 600 kr/seglare. Då ingår lån av klubbens jollar på tisdag och torsdagar under träningsperioden maj - september.
- Somarseglar du bara juni – augusti betalar du 150 kr / månad

LjSS övrig barn- och ungdomsverksamhet

Vi har även en piratsegelarskola för de allra minsta. Där vi lär oss om djur och natur vid och i havet, går på skattjakt, jagar pirater och skickar flaskpost.

Mer information om piratsegelarskolan hittar ni här <http://ljss.se/segla/piratskolan>

Gå ofta in på vår hemsida eller facebook!

Följ seglarskolans Instagram - seglaskoj

Vi har en fin hemsida med mycket information. Där lägger vi in nyheter, foton och information om seglarskolor och träningar. Här hittar du telefonnummer, e-mail, adress till kontaktpersoner samt massor av rolig och nyttig information. www.ljss.se



Seglarskola