

Optimistsejler i Sletten Bådeklubb





Velkommen som optimistsejler og forældre til optimistsejlere.

I Sletten bådeklub er det nemt at komme til at sejle Optimistjolle!

Du behøver ikke at have din egen jolle, da vi har mere end 30 nyere joller som du kan leje. Kontingentet er også lavt, i 2014 kr. 515 årligt, og du behøver ikke i starten købe udstyr, idet vi kan låne dig våddragt og redningsvest. Det koster kr. 800 at leje en jolle for et år. Så alt i alt er du på vandet i en lejet jolle for omkring kr. 1.300. Og det for en hel sæson! Maj måned er "prøve" måned. Herefter forventer vi, at du betaler! Sletten Bådeklubs (SB) optimistafdeling drives af frivillige. Vi er et udvalg bestående af bestyrelsesmedlemmer, grejansvarlige, og en række dygtige og godt uddannede trænere: Vi har et højt socialt fællesskab mellem børn, forældre og klubben.

Flere af vores Optisejlere er højt placeret på landsholdet, og de hjælper gerne de nye sejlere med at komme rigtigt godt i gang.

Og til de travle forældre har vi en hyggelig sejlkub, hvor det trådløse netværk giver mulighed for at afslutte dagens opgaver mens børnene er på vandet. Eller evt. selv at prøve at sejle i en "voksen" jolle!

Og efter sejladsen er der mulighed for at spise i sejklubben til en absolut rimelig pris for hele familien.

Vi følger Dansk Sejlsports Aldersrelaterede Trænings Koncept (ATK) og tilstræber, at alle vore trænere er instrueret i dette via kursus fra Dansk Sejlunion. Træningen vil være leg og øvelser, tilpasset alder og niveau.

P.S. Da vi er ved at skifte platform for Sletten Bådeklubs hjemmeside, vil de angivne links nødvendigvis ikke fungere. Ny hjemmeside findes på:

<http://slettenbaadeklub.klub-modul.dk>

Optimisterne er hos SB delt i 3 hold afhængig af hvor god man er til at håndtere båden og hvad man ønsker at træne.

- *Hold 1:* Det er nye C-sejlere. Her lærer du at håndtere båden og blive tryk ved sejllads.
- *Hold 2:* Dette hold er for øvede C-sejlere. Her forventes det, at du kan sejle i op til 8 m/s.
Dette hold er også for dem der ikke ønsker at træne til kapsejllads på højere niveauer.
- *Hold 3:* A og B-sejlere, der ønsker kapsejlladstræning samt er erfarne og modne nok dertil.

Sejlerne træner tirsdag og torsdag fra 16:30. Når sejleren møder på havnen starter de med at rigge egen båd til og omklæde til sejlertøj. Herefter er der skippermøde med træneren, hvor dagens program gennemgås. Er det ikke vejr til at sejle, vil der være andre aktiviteter eller teori.

Hvert hold har mindst 1 gummibåd med træner på vandet. Børnene skal holde sig i nærheden af denne, så de kan følge med i hvilke øvelser der skal laves. Dit barn skal altid aftale med træneren, hvis de sejler i havn. På havnen venter der så en havnevagt der tager imod.

Indtil 1. maj og efter 30. september er det et krav at der bæres tørdragt. Dette er først relevant for de fleste efter flere måneders sejllads, da nye sejlere starter 1. maj.

I vinterhalvåret arrangerer vi teoriundervisning ca. 5 gange for de der har sejlet i sommerhalvåret, og for nystartede har vi undervisning på land de første to gange inden vi tager på vandet.



Det er altid hyggeligt at sejle i Opti

Kammeratskab

I Sletten Bådeklubs optimistafdeling arbejder vi med at fremme trivsel blandt børnene, forældre, trænere og holdledere mfl.

- Vi arbejder for at fremme sejlglæden, kammeratskabet og klubånden.
- Vi tolererer ikke mobning eller andre drillerier.
- Vi respekterer, støtter og hjælper hinanden både på vandet og på land.
- Vi taler pænt til og om hinanden.
- Når vi er på "udebane" er vi mestre i god opførsel.
- Vi er opmærksomme på at egoistisk fremtræden og overdrevne forældreambitioner er ikke fremmende for sund sportsånd.
- Det er forældrenes rolle at deltage i sit barns sport og være aktiv i klubbens arbejde og aktiviteter. Forældrenes vigtigste rolle er, at hjælpe sit barn med at forstå, hvordan man bliver en god kammerat, en god sejler og hvordan man indgår i et fællesskab.
- Vi vil lære hvordan man vinder og taber med ære.



[Et par gode venner på vej til....](#)

Forsikring

Medlemmer af Slette Bådeklub (SB), er under sejlads i klubbens både dækket af SB's ansvars- og kaskoforsikring. Det vil sige, at der er dækning for de skader dit barn evt. laver på andres både eller på klubbens materiel. Ulykkesforsikring for dit barn skal I selv tegne.

Jollen

Du kan som optisejler i SB leje en jolle. Det er dit ansvar at vedligeholde jollen, vaske den og stille den på plads efter træning. Vi prioriterer, at vi lærer vores børn at passe på materiellet - dette gælder også ved isætning og optagning i forbindelse med sejlads.

Er der noget udstyr der går i stykker, henvender du dig til den grejansvarlige.

Hvis du skal deltage i træningslejre eller kapsejladser udenfor SB, i en leje-jolle, skal du rekvirere et forsikringsbevis gennem klubbens kasserer, da det ved de fleste kapsejladser skal fremvises.

Sejlertøj

Når du starter til optimist skal du have blødt varmt tøj, evt. regntøj og gummistøvler. Klubben kan låne dig våddragt i redningsvest i starten. Hvis du bliver glad for sejlsads er det en god ide at investere i rigtigt sejlertøj, der holder dig varm og tør i de koldere måneder.

På www.ocd.dk - optimist class denmark's hjemmeside, er der gode links til køb af sejlertøj, både nyt og brugt. Køber du brugt, så sørg for at få lidt "ekspert-hjælp".



Kapsejads i let vind med dommerbåd i baggrunden



Hvem siger det er kedeligt at sejle i en Optimistjolle

Dansk Sejlunion Diplomsejlerskole

I år arbejder vi på, i højere grad at systematisere vores undervisning. Dette vil ske på baggrund af DS's Diplomsejlerskole. Diplomsejlerskolen bygger på en række diplomer, 9 for Optimisterne, som børnene kvalificerer sig til at bestå. Efter Opti-tiden fortsætter diplomerne både for jolle og kølbåde. Diplomerne lægger op til en gradvis opbygning af børnenes kompetencer både praktisk såvel som teoretisk.

Hvert diplom har forskellige opgaver der enten skal vides eller kunne udføres. De børn der gennemfører vinterteori, og er godt på vej til deres første diplom.

Rent praktisk vil vi for hvert barn have en journal der viser hvor langt barnet er nået. Inden hver sejlads vil vi se hvad der ligger indenfor rækkevidde, så hvert barn har sit mål at gå efter.

De seks diplomer hedder:

Første/andet år:

- Sæl Diplom
- Søløve Diplom
- Delfin Diplom

Andet/tredje år:

- Sejler Diplom 1
- Sejler Diplom 2
- Sejler Diplom 3

Følgende år

- Kapsejler
- Talentsejler
- Supersejler



Dette er ikke en officiel øvelse!

En journal kan se ud som følger:

Sletten Bådeklub				
Diplomsejlerskole journal for:				
S æ l D i p l o m	At hun/han kan	Bestået	Dato	Instruktør
	Tømme jollen for vand			
	Svømme ____ meter m. redningsvest			
	Få båden til at ligge stille i vindøjet og få den til at sejle igen			
	Lave råbåndsknob og ottetalsknob			
	Nævne navnene på holdkammaaterne og trænerne			
	At hun/han ved	Bestået	Dato	Instruktør
	Hvad jollens udstyr hedder			
	Hvad klubbens sikkerhedsregler er			
	Hvad simple sejlertermer betyder			
Ar hun/han tør	Bestået	Dato	Instruktør	
Forblive rolig og vente på træneren, i kritiske situationer				
Kæntre båden med vilje og rejse den igen				



En stille eftermiddag på Øresund

Holdsport

Vi planlægger aktiviteter via www.holdsport.dk

Det er **VIGTIGT** at du er tilmeldt denne hjemmeside, da det er via denne du kan holde dig opdateret om aktiviteter. Det er også via denne hjemmeside at træneren er informeret om hvor mange der kommer til træning og planlægger træningen efter dette. Ligeledes er din tilmelding her vigtig, da vi også koordinerer antal trænere og RIB'er i forhold til den nødvendige sikkerhed.

RIB-vagter

Vi har et forældrebaseret "RIB-team", bestående af 4-5 forældre der i samarbejde med klubbens RIB-ansvarlige har en række opgaver. RIB-teamets opgave er til hver træning at klargøre ribberne til trænerne og afrigge efter træning. RIB-teamet planlægger selv hvem der er ansvarlig de enkelte træningsdage.

Dette er en meget vigtig opgave, da drejer sig om sikkerhed på vandet og er noget hamrende dyrt grej, der er meget følsomt.

Opgaverne kan snart ses på hjemmesiden

Havnevagter

Til hver træning er der én forælder, der er havnevagt. Det indebærer, at man hjælper sejlere og forældre på havnen inden sejlads. Mens der sejles har havnevagten via walkie-talkie kontakt med trænerne, såfremt nogle børn sejler ind før tid. Når børnene er færdige med sejlads hjælper havnevagten forældre og børn med at få bådende op af vandet igen og tjekker som "sidste mand" havnen for glemte sager.

Havnevagten og træneren sørger for at afkrydsningslisterne er ajourført, før og efter sejlads, således at vi ved hvem der er taget på vandet og at alle er kommet sikkert i havn igen.

Man tilmelder sig selv til havnevagt og på holdsport.dk vil det fremgå hvem der har vagter på hvilke dage, hvilket også gør, at man nemt kan finde en at bytte med hvis man bliver forhindret. Man må IKKE udeblive for en vagt. For at undgå at for mange opgaver lander hos den koordinerede, tilstræbes det at man selv sørger for at bytte vagter.

Havnevagten vil blive instrueret på dagen og i opti-skuret findes en "havnevagtkasse" indeholdende holdlister, opgavebeskrivelse mm.



Fra tid til anden er det også vådt!

Kapsejlads



Det er vigtigt at følge med inden en kapsejlads skydes i gang

Der afholdes mange kapsejladser rundt om i landet, hvor børn fra forskellige klubber mødes, dyster mod hinanden, får afprøvet deres kunnen og udvider deres kammeratskab på tværs af landet.

Tilmelding til kapsejladserne skal ske direkte til de afholdende klubber, hvor betaling oftest foregår samtidig. På holdsport.dk vil aktiviteten også fremgå, og så vidt muligt skrives der et direkte link til tilmeldingssiden. Det er også vigtigt, at tilmelde på holdsport.dk, da vi så forsøger at planlægge fælles transport og trænerdeltagelse.

Alle der deltager i kapsejladserne forventes at hjælpe med pakning før og efter stævnet. Udover egen båd medbringer vi oftest også 1-2 RIB'er.



De dygtigste sejlere behøver ikke en havn når de skal til kapsejlad

Alle der ønsker at deltage er velkomne, men vi anbefaler at sejleren som minimum kan håndtere båden i 8 m/s i middelvind. Jeres træner kan altid konsulteres for råd om deltagelse i kapsejladser.

Afholdelse af stævner i egen klub

I Sletten afholder vi 2 optimiststævner om året.

Sletten Cup i august og Åbent Klubmesterskab i september/oktober.

Til disse stævner er der mange opgaver der skal løses, og der er brug for alle forældres hjælp for at få afviklet et godt, hyggeligt og sikkert stævne.

Sletten Bådeklub har flere vandrepokaler, der gives for blandt andet godt kammeratskab.

Trænere

Vi har flere trænere, der underviser sejlerne. Vores trænere modtager løbende relevant undervisning og deltager i trænerkurser. Har du trænerkritik bedes den rettet til Niels Ole Sloth eller Lene Ullmann. Se evt. Sletten Bådeklubs hjemmeside for e-mail adr.

Under træningen er forældre-indblanding ikke tilladt, da det forvirrer børnene. Forældre kan således ikke være med om bord i vores følgebåde. I 2013 arbejder vi på at skabe sejlads for de forældre, der kunne ønske dette.

Sejlerlejr



Deltagerne på sejlerlejr 2012

Den sidste uge i skolesommerferien er der tradition for at afholde årets fedeste ferie "Sejlerlejren".



De seneste år har den været afholdt i Nykøbing Sjælland fra søndag til fredag. Lejren er for børn med forældre. Temaet er "Leg på vandet". Vi sejler, surfer, tuber, laver morgengymnastik og meget mere. Sejlerlejren giver alle en rigtig god mulighed for at få sejlet rigtigt meget.

Vi sover i telt på pladsen foran klubhuset og alle hjælper hinanden med de praktiske opgaver.

Sæt X i kalenderen ☺

Andre ungdomsbådklasser

I ungdomsafdelingen har vi mere end 30 optimistjoller til de yngste og nyeste sejlere. Når du bliver for dygtig, for tung eller for høj kan du i Sletten Bådeklub sejle i en af klubbens 29'er.

Sletten Bådeklubs hjemmeside

På Sletten Bådeklubs hjemmeside vil du få et overblik over aktiviteter i klubben. Der skrives også altid en lille artikel på, efter en afholdt aktivitet og der er masser af gode billeder og små film.

På hjemmesiden kan du også læse om indmeldelse i Sletten Bådeklub.

<http://slettenbaadeklub.klub-modul.dk>

ORDLISTE:

C ny sejler: Er sejlere der sejler deres første måneder

C sejler: Er sejlere der sejler under de fleste vindforhold op til 8 m/s.

B sejler: Er erfarne sejlere der typisk i nogle år har sejlet Opti og været i den bedste tredjedel af feltet til C stævner.

A sejler: De mest erfarne sejlere der har været i den bedste tredjedel i feltet i B stævner, rykkes op til A sejler.

Tørdragt: Heldragt der er tæt ved fødder, håndled og hals.

Våddragt: Dragt af neopren. Kroppen bliver våd, men varmes op af neopren.

RIB: Større gummiåb med fast bund der kan sejle i al slags vejr

Relevante links:

Sletten bådeklub

<http://slettenbaadeklub.klub-modul.dk>

Holdsport

www.holdsport.dk

Dansk Sejlunion

www.sejlsport.dk

Optimist Class Denmark

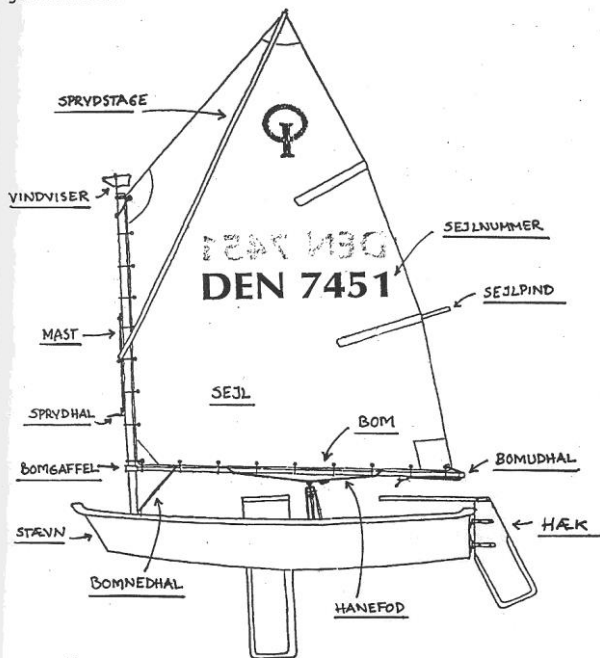
www.ocd.dk

International Optimist Dinghy Association

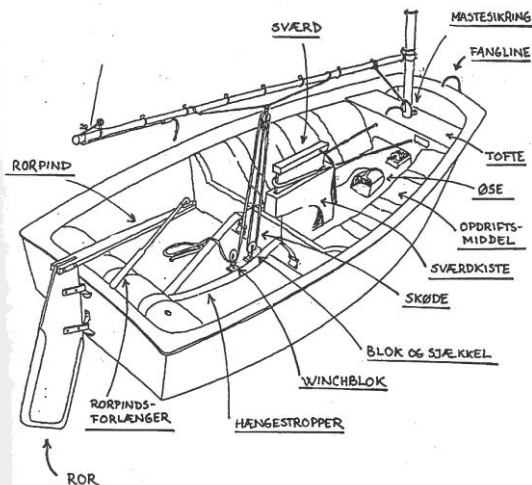
www.optiworld.org



"Mandehørm"



Der er mange nye betegnelser der skal læres



Og endnu flere!



Sponsorer

En meget væsentlig årsag til at Ungdomsafdelingen i Sletten Bådeklub kan mønstre mere end 30 Optimistjolle, hvoraf langt de fleste er under 3 år, og flere i højeste kapsejlsstandard, er klubbens sponsorer.

I 2014 er følgende sponsorer:

Guldsponser:



Sølvspensorer:



Sant Holding A/S

Læs mere om sponsorer på:

<http://www.slettenbaadeklub.dk/Ungdom/sponsoroversigt>



Det er bare fedt at sejle Opti i Sletten Bådeklubb



Og altid hyggeligt!



Indmeldelse i Sletten Bådeklub 2014

Sletten Bådeklub har åbent for optagelse af aktive sejlere, ungdomssejlere og deres familie. Andre ansøgere optages på venteliste, hvis der ikke umiddelbart er plads på medlemslisten. Du melder dig ind på følgende adr.

<http://slettenbaadeklub.klub-modul.dk>

Vælg **Medlemskab**, og herefter f. eks.  [Junior medlem 6-19 år](#) → på næste skærmbillede trykker du på prisen [515,-](#) og bliver herefter bedt om at oprette din profil, samt senere at tilmelde dig til betaling via Dankort.

Vi kan evt. hjælpe dig i havnen, hvis du er i tvivl om fremgangsmåden.