


MÅL Att prova på och upptäcka vad segling är för en nybörjare

MOMENT
FART
Teknik
1, Båtens delar/Rigga båten/Knopar

- a. Kan båtens, riggens och seglets viktigaste delar
- b. Kan rigga båten själv för segling. Hissa och ta ner segel
- c. Kan göra stoppknop, råbandsknop, halvslag om egen part
- d. Kan sätta och släppa grundtrim

2, Lova/Falla - Gasa/Bromsa/Backa

- a. Kan gasa genom att skota och styra rätt
- b. Kan bromsa båten genom att släppa på skotet och gå upp mot vindögat
- c. Kan falla av och behålla fart och balans genom att skota och styra rätt
- d. Kan lova och behålla fart och balans genom att skota och styra rätt
- e. Vet hur man backar
- f. Vet skillnaden mellan lova upp och falla av

3, Grundläggande seglingskunskap - De olika seglingsäten - Väjningsregler

- a. Hittar vindens huvudsakliga riktning och styrka
- b. Grundskotar rätt för alla seglingsäten
- c. Kan styra på kurs
- d. Håller bra tvär- och längskeppsplacering med balans och tajming.
- e. Seglar med balans mellan skotning och styrning
- f. Förstår hur vinden fungerar och att riktningen skiftar
- g. Förstår förhållandet lä/lovar och styrbord/babord

4, Slör/Halvvind

- a. Kan segla för slör och halvvind med rätt balans, skotning och styra på kurs
- b. Kan segla halvvindsbana med balans

5, Läns/Gipp

- a. Kan styra för läns med acceptabel teknik utan okontrollerade gippar
- b. Kan gippa med kontroll genom att styra lagom, ha kontroll över seglet och efter gippen hålla avsedd kurs

6, Kryss/Stagvändning

- a. Kan slå utan att fastna i vindögat
- b. Kan slå utan att släppa skot eller roder
- c. Kan slå och avsluta slaget på avsedd kurs utan att tappa för mycket höjd
- d. Kan kryssa med acceptabel teknik (fart och höjd)
- e. Seglar med rätt skotning och balans
- f. Hittar bubblan i seglet
- g. Hittar vindögat, stannar och tar sig därifrån

7, Lägga till i alla vindriktningar

- a. Kan lägga till vid svajboj/brygga i alla vindriktningar utan att krocka
- b. Kan förtöja båten med förtamp på ett säkert sätt

8, Säkerhetskunskap

- a. Kan vända en kapsejsad jolle och tömma den på vatten
- b. Kan stanna båten vid en nödställs
- c. Kan sjövettsreglerna
- d. Kan göra en säkerhetsgenomgång av båten innan man går ut och seglar - flytkuddar, dyvike, förtamp, öskar, mastsäkring och riggsäkring.

9, Väjningsregler

- a. Kan "Lä/Lovart"
- b. Kan "Styrbord/Babord"
- c. Kan "Upphinnande båt"