

Til de voksne

Vi forventer at juniorerne:

- ☺ er indstillet på at deltage på lige fod med andre juniorer
- ☺ er indstillet på at møde regelmæssigt og rettidigt frem - og melde afbud.
- ☺ har skiftetøj og håndklæde med, da juniorerne - som led i træningen - ofte er en tur i "baljen"☺

Vi kræver:

- ☺ at juniorsejleren er rettet sig efter træners anvisninger
- ☺ at den unge kan svømme 200 meter.
- ☺ at den unge på træningsaftner er iført godkendt vest*, når hun/han færdes på havneområdets broer og på vandet.

Vores målsætning er:

- ☺ at gøre juniorerne fortrolige med vand – også det dybe – samt med vind og vejr.
- ☺ at lære juniorerne at sejle med sejl.
- ☺ at introducere juniorerne til kano- og kajaksejlad, motorbådssejlad samt andre søsport-aktiviteter.
- ☺ at lære juniorerne at tackle relevante situationer til søs.
- ☺ at juniorerne tilegner sig grundlæggende færdigheder i manøvrering og navigation

.....og så er der det med sikkerheden!

- ☺ Juniorafd. sikkerhedsinstruks følges
- ☺ Alle bærer således godkendte veste*
- ☺ På vandet følges juniorerne af følgebåd
- ☺ Vi tager aldrig chancer

* Under 11 år redningsvest ellers svømmevest.

Kontingent 2019: kr. 450,-

20 spørgsmål til junioren:

Hvorfor skal man have vest på, når man sejler ?
Hvordan kan man finde ud af, hvordan vejret bliver ?
Hvad er vigtigt at undersøge - inden man sejler ud ?
Hvad gør du, hvis du er på vandet i mørke?
Hvordan måler man vinden?
Hvem hjælper, hvis vi får problemer på vandet?
Hvad gør du hvis du falder i vandet?
Hvad gør du hvis din ven falder i vandet?
Hvor sidder vindøjet?
Hvad side er bagbord?
Hvad hedder det forreste sejl på "606'eren"
Hvad bruger man et kompas til?
Hvor sidder stævnen på et skib?
Hvad gør man i en sejlbåd, hvis den er ved at kæntré ?
Hvem bestemmer ombord på en "606'er" ?
Hvordan ser du, hvor vinden kommer fra?
Hvordan ser du, hvad vej havstrømmen løber ?
Hvad gør du hvis det bliver vindstille ?
Hvad gør du, hvis det pludselig blæser op ?



Junior-trænerteam

Birte Pawlik, Guldborgvej 215,
4862 Guldborg, tlf. 2320 8306

Bruno Terkelsen: Egelevgade 26,
4840 Nr. Alslev, tlf. 2181 9821

Michael Brandt Houmand, Valmuevej 2
4990 Saksøbing, tlf. 3122 3252

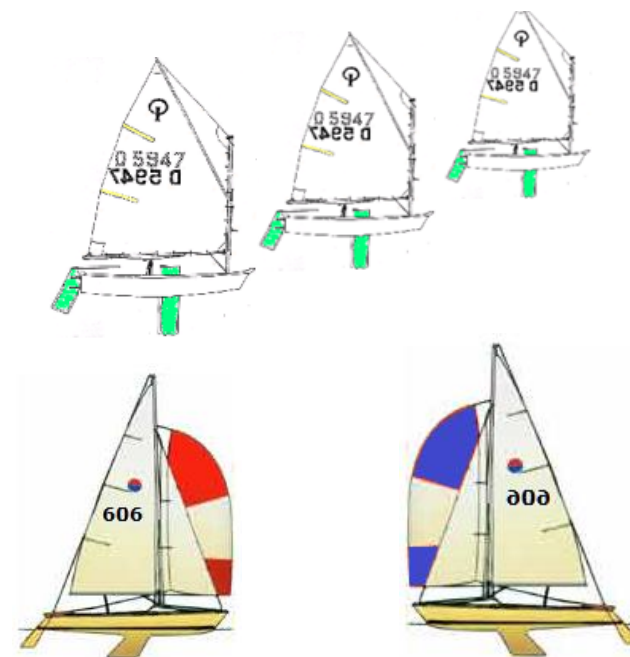
Niels Bach, Guldborghave 48,
4862 Guldborg tlf. 2065 0347

Formand for Guldborgland Bådelaug:
Preben Kristensen, Storstrømsvej 17,
4862 Guldborg Telefon: 3032 1534
Mail:kristensen@guldborg.dk



Juniorafdelingen 2020

- Lær om sikkerhed til søs.
- Lær om vind, vand og vejr.
- Lær om søkort og navigation.
- Lær noget om knob og knuder.
- Lær at hjælpe dig selv og andre.
- **Lær at sejle**



**Junior-sejlerskole i Guldborgland
Bådelaug optimistjoller og "606'ere**

www.guldborg-havn.dk

Facebook: GULDBORGLAND BÅDELAUG

Sæson-program 2020

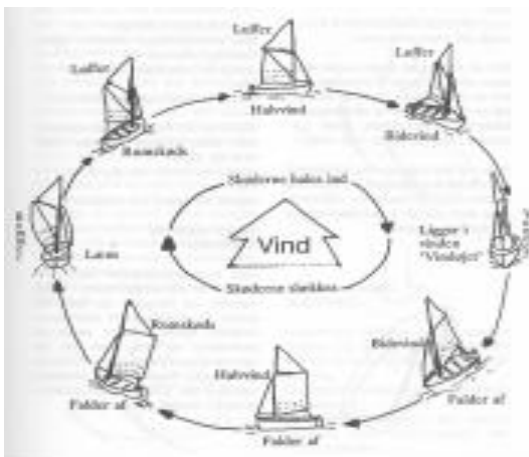
-Er du mellem 8 og 18 år ?

-Kan du svømme 200 m ?

-Vil du lære at sejle og prøve forskellige former for vandsport?

...så mød frem til "skippermøde" mandage ved bådelaugets klubhus på havnen i Guldborg L. fra maj til oktober - og vær med et par timer fra kl. 17.30 - kl. 19.30.

På skippermødet vil juniortrænerne briefe dig om vind og vejr, og vi taler om, hvad vi skal lave sammen på træningsaftnen.



Er det dårligt vejr, sejler vi **ikke** ud i sejlbådene - men laver noget andet. Vi sejler f.eks. kajak/kano, motorbåd, står på vandski eller vi går ind i klubhuset og arbejder med bl.a. kapsejlsregler, navigation mv.

- Maj** Mandag den 4. maj er første træningsaften.
- I løbet af juni afholdes møde med juniorer og "de voksne", hvor vi drøfter sæsonprogram
- Joller og kølbåd: Sejl, rig og grej ses efter
- Træningsejls i joller, "606" og klubbåden.
- Teori: Vind og vejr, knob og søvejsregler
- Træningsaften med kølbåd og følgebåd.
- Juni** - **OPSTART** efter Corona-restrikt. man. 8. juni.
Træning og kapsejls i joller, kajak, kano
- Træningsejls i joller og "606"
- Kapsejlsregler i praksis - på trekantbane
- SUP-, kano- og kajaktræning
- Overbord manøvrer i juniorafd. fartøjer.



- Juli**vi holder sommerferie - dog med et par hygge-trænings formiddage i løbet af ferien.
- Aug.** - Mandag d. 3. august er 1. gang efter ferien
- Trænings- og kapsejls i joller og kajakker
- SUP-, kano- og kajaktræning
- Træningsaftner med kølbåde - "Chastine"
- Sept.** - Kapsejls på trekantbane og søvejsregler
- Kæntringsøvelser
- SUP-, kano- og kajaktræning
- Okt.** - **Mandag den 5. oktober - sæsonafslutning**
- Planlægning af vinterprogram for juniorer.

Fra november til april afvikles et vinterprogram en - to after om måneden i klubhuset - og vi aflægger svømmeprov i Sakskøbing Svømmehal i januar.

På træningsaftnerne vil du komme ud at sejle mange gange. Men nogle gange går vi ind i klubhuset for at lære noget teori om at sejle.

du lærer at sejle i optimistjolle, og

du lærer at sejle "606'erne"

du lærer at ro og manøvrere i kano og kajak

du lærer at sejle og manøvrere med motorbåd

du lærer om sikkerhed til søs

du lærer om vind og vejr

du lærer hvad tingene hedder ombord på et skib.

du lærer noget om førstehjælp

du lærer noget om at finde vej på vandet

du lærer at binde knob og takle reb/tovværk

du lærer at bevare roen, når du er ude at sejle

Vi sejler også lidt kapsejls en gang imellem.



Bådelaugets skolebåd, en IF'er