



Randers Sejlklub
stiftet 24. juni 1877

Velkommen til Junior Sejlerskolen i Randers Sejlklub

Med denne folder vil vi gerne byde børn og deres forældre velkommen i Junior Sejlerskolen i Randers Sejlklub. Folderen er ment som en hurtig introduktion til nye sejlere i Junior Sejlerskolen.

Vi skaber rammerne for at vores elever udvikler:

- Tryghed ved og respekt for at færdes på vandet
- Færdigheder i sejlads; til tur- og kapsejlads
- Sociale relationer



Træningsaftener

Torsdage 17.00 – ca. 20.00

Træningsaften - normalt

17:00 Kistebænken åbnes – joller rigges

17:30 Skippermøde

17:45 På vandet

19:15 Joller rigges af og omklædning..

19:45 Skippermøde

20:00 Tak for i dag

Generelt

- Man skal altid have godkendt redningsvest på, når man færdes på området syd for stien nedenfor klubhuset (dvs. fra og med græsset) og på vandet selvfølgelig.
- Elever må ikke sejle ud før der er mindst én følgebåd på vandet, og aldrig før en instruktør har givet lov.
- Ingen må springe i vandet uden tilladelse og aldrig fra den side af broen, hvor jollerne ligger.
- Der må ikke laves kæntringsøvelser uden tilladelse
- Man skal følge anvisninger fra klubbens instruktører og koordinatorer.
- Hjælp hinanden – alle hjælper alle 😊

Klubbens faciliteter og udstyr

Klubben råder over et antal Optimist-, Tera-, Zoom8-, 405- og RS Quest-joller, samt våddragter og redningsveste mv. som kan lånes.

Vi har i øjeblikket en fast låne-ordning, så man kan forvente at sejle i den samme jolle fra gang til gang.

Man har ansvar for at passe på den jolle, man låner, og evt selv hjælpe med større reparationer hvis uheldet er ude.

Der er også mulighed for at benytte egen jolle og ha' den liggende på klubbens jolleplads og stuve sejl i "Kistebænken" osv.

Vi har en følgebåd med påhængsmotor – en RIB. Den er altid på vandet, når vi har jollesejlads, så instruktørerne hurtigt kan hjælpe ude på vandet.

På træningsaftenerne er klubhuset jolle-sejlernes. Forældre er velkomne til at tage en kop the/kaffe (lav det gerne selv, hvis der ikke er noget på kanden).

Det meste af vores udstyr er i "Kistebænken" vest for klubhuset. Det er også her vi har omklædning. Bad er i klubhuset.

Udrustning / påklædning

Klubben stiller ikke nogen krav til påklædning, men vær opmærksom på, at det som regel er koldere på vandet end på land. Det kan være en god idé med en våddragt, som evt. kan suppleres med skiundertøj og noget vindtæt.

Eleverne skal altid bære redningsvest, når de færdes på området syd for stien neden- for klubhuset (dvs. fra og med græsset). I praksis er det når man rigger til, sejler eller rigger af. Man kan låne en redningsvest af klubben, men på sigt er det godt at have sin egen redningsvest.

Hav altid tørt skiftetøj og håndklæde med. Husk solcreme når solen skinner.

Til forældrene

Det er instruktørernes opgave at undervise børnene. Noget af udstyret er tungt for de mindste børn. Derfor regner vi med at forældre hjælper med at slæbe og løfte indtil børnene "er dus" med det hele og kan magte det selv.

Hjælp også gerne med at tage imod nye forældre og fortæl dem hvad de skal gøre. Det er jo langt fra alle, der er sejlkundige, og det hele kan se meget uoverskueligt ud.

Instruktører og koordinatore har fokus på aktiviteter på vandet. Men hyggen på land er også rigtig vigtig for sammenholdet blandt sejlerne. Derfor vil det være fint, hvis man som forældre bidrager aktivt til den del – fx ved på skift at sørge for lidt forplejning (saft, frugt, brød, kage eller måske endda aftensmad)

Instruktører:

Carla Nielsen – 91 25 64 53

Ida Marie Hudevad Mørup – 42 40 20 48

Rasmus Honore – 42 68 37 75

Koordinator:

Jørgen Lakkenborg – 42 68 14 92

