

## Välkommen till Lerbergets Segelsällskaps seglarskola 2025!



**Kurs:** Vuxensegling Fortsättare vecka 25-34

**Tid:** Varje torsdag v. 25-34 Start den 19 juni klockan 18.00 – ca 20.30

**Plats:** Samling vid jollebodarna/trädäcket vid södra delen av Lerbergets hamn.

### Kort info om kursen:

Fortsättningskursen har som mål att befästa och utveckla tidigare seglingskunskaper. Vi fokuserar på att lära oss och bli bekväma med mer precisa manövrar med båten och att planera inför och under sin segeltur. Vi hoppas kunna inkludera mer avancerade moment såsom kappsegling och spinnakersegling när vädret tillåter. Kursen tar också upp säkerhet på havet och vad ett gott sjömanskap innebär. Vi utgår från seglarnas tidigare erfarenheter. När vi seglar kommer instruktören alltid att vara med på vattnet, antingen i segelbåten eller i en säkerhetsbåt och vara beredd att coacha och hjälpa till om det skulle uppstå något problem. Det är instruktören som bedömer i vilka väder det går att segla, de utgår ifrån era kunskaper och riktlinjer. Om det är dåligt väder och det inte går att segla fokuserar vi på teoretiska klubbens kunskaper i stället.

### Ha med följande utrustning:

- Flytväst/ seglarväst (finns att låna om man inte har)
- Vattenflaska
- Keps
- Gympaskor/sandaler som får bli blöta (vi seglar inte barfota)
- Solskydd
- Regnkläder
- Ett ombyte kläder
- Handduk och badkläder

### Packa i en bag/ryggsäck och märk dina tillhörigheter med ditt namn och telefonnummer.

Kläderna som du har när du seglar kan bli lite blöta om det skvätter eller om du skulle trilla i vattnet, därför är det viktigt att du har ett par torra extrakläder på land. Det är kallare ute på vattnet än inne på land, så det är bra att ha en extra tröja, både att ha på sig medan man seglar och när man kommer in om den man haft på sig blivit blöt.

Ha gärna med en egen namnad vattenflaska att dricka ur. Vi kommer att ha många av våra samlingar utomhus så tänk på att det blåser och är kallt vid havet så ha med varma och vindtäta kläder.

### Kontakt:

Om du inte kan komma vid något tillfälle, kontakta huvudinstruktören. Meddela även eventuella allergier, mediciner eller annat som instruktörerna bör känna till första dagen.

**Utbildningsansvarig:** Henrietta Finnborg Bengtsson, 0733-962469 mejl: [seglarskola@lerss.se](mailto:seglarskola@lerss.se)



**Avgift:** 2800 kronor + medlemskap. **Bekräfta din plats** genom att betala kursavgiften Bekräfta din plats genom att betala kursavgiften.

Avgiften återbetalas inte i händelse av dåligt väder under kursperioden.

### **Onsdagskvällar under veckorna 25–32**

**Häng med medlemmar och segelkompisar i hamnen.**

- **18.00-20.00** Optimist och Fevasegling för medlem i klubben som går eller har gått kurs. Instruktor finns på plats. Vi ser gärna att föräldrar hjälper till att sjösätta och kanske är med i fölgebåten, eller får prova på att segla egen båt. **Samling 17.45**
- **18.00-20.00** C55:an Du som förälder och syskon har ibland möjlighet att följa med i C55:an om segelkunnig instruktör/vuxen finns på plats.
- **20.00** Vi tänder grillen och grillar gemensamt seglare, föräldrar och syskon. Ta med sig egen mat att grilla och äta tillsammans på vårt däck.
- **18.00-20.30** ILCA/Laser-cupen. Välkommen att vara med om du kan segla och har egen ILCA/Laser

**Välkommen till Lerbergets Segelsällskap!**

