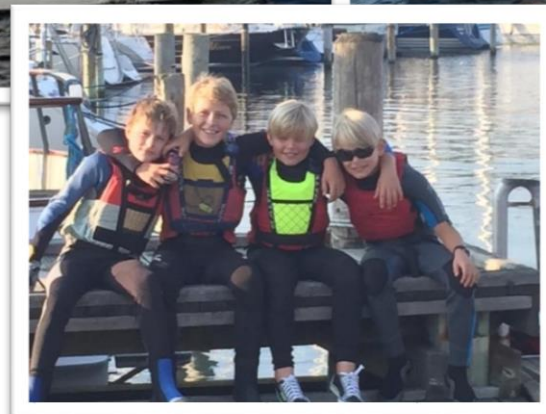


# Lær at sejle i Nivå Bådelaugs Optimist- og Ungdomsafdeling



**Sejlads er en fantastisk sport fuld af vind og vejr,  
udfordringer og godt kammeratskab.**

**Kom og lær at sejle !! Læs mere om os i denne folder.**

## Lær at sejle i Nivå Bådelaugs Optimist- og Ungdomsafdeling

Hvad enten du vil hyggesejle eller sejle kapsejlads, har vi et godt tilbud til dig i Nivå Bådelaug. Vi har et godt socialt miljø for børn og unge i aldersklassen 8-16 år. Klubben har både sine egne joller og sejlertøj til udlån, så der er ikke nogen store startomkostninger for at komme i gang.

Vi kan gi' dig:

**Frisk vind i håret – hygge og gode venner - fart og spænding - konkurrence og kapsejlads**

Sikkerhed og tryghed er alfa omega for os i Nivå Optimist- og Ungdomsafdeling. Vi har trænere til de forskellige jolletyper, og der er altid følgebåde med på vandet, når de unge sejlere stævner ud.



### Ny sejler

Du vil hurtigt komme på vandet, for vores trænere er vant til at håndtere nye sejlere. Typisk prøver man et par gange uden sejl, og padler rundt i havnen. Der gives en kort introduktion til det at sejle. At lære vandet og båden at kende er vigtigt. Herefter skal du lære vinden at kende. Det foregår med sejl i havnen med følgebåd. Gradvist bliver du bedre og skal til sidst ud af havnen sammen med de andre. Vi forsøger at starte grupper af nye Optimister, som niveaumæssigt kan følges ad.

***Kom ned og se, og prøv. Tag din far og mor med. Vor sæson begynder primo maj, og vi træner mandag og torsdag fra kl. 17.***

**Du kan følge os på Facebook på gruppen: Nivå Bådelaug – Ungdomsafdeling, og på Nivå Bådelaugs hjemmeside.**

## Ungdom

Ungdomsafdelingen er for dem der er ved at vokse ud af Optimistjollen. Vi giver børnene mulighed for at prøve flere forskellige jolletyper, de syntes det er sjovt og inspirerende at prøve nye jolletyper. Vi tilbyder pt. Zoom 8 (enmandsjolle) og Feva som er en udbredt tomandsjolle. Vores ungdomstrænere sørger også for at denne aldersgruppe kan prøve klubbens større J-80 kølbåde til hygge og kapsejlds.



## Træning

Der vil altid være erfarne og uddannede trænere og hjælpere til stede. Vi mødes kl. 17 og rigger bådene til. Før vi går på vandet holdes der et skippermøde kl. 17:30. Her gives sejladsinstrukser, mål med træning, information om vind og vejr, trim fiduser mv. af træneren. Børnene er delt op i grupper efter erfaringsniveau og jolletype.

Børnene elsker at lege i vandet, på en sommerdag ligger jollerne ofte på Øresund med bunden i vejret og børnene plaskende omkring. Derfor kalder vi sommetider os selv - Nivå Badelaug!

## "Racing Team Nivå" - Stævner

For dem som gerne vil sejle kapsejlds har vi lavet "Racing Team Nivå". Dette er for den øvede sejler som vil gøre mere ud af kapsejlds.

Vi forsøger at deltage i 4-5 stævner pr. sæson (2 forår + 2 efterår og Harboe Cup i Skælskør). Der er flere gode begynderstævner i Øresundsklubberne. Til disse stævner arrangeres fællestransport.



## Årets gang i Nivå

Som ny sejler kan du starte i februar til vinterteori. Her læres om båden, sikkerhed, vind & vejr, knob, regler osv. I april måned afholdes der en svømme – og kæntringsprøve. En Optimist sejler skal kunne svømme 200 meter med tøj. Omkring april/maj måned starter vi på vandet, og sejler to gange om ugen frem til sommerferien. Vi holder pause i sommerferien, men der er mulighed for at deltage i kommunens "Sommersjov". I august starter vi igen med den ugentlige sejlads der slutter oktober, hvor der også afsluttes med klubmesterskabet. Herefter er der mulighed for de øvede at deltage i vintertræning.



## Lån jolle og udstyr

Vores ambition er at stille klubjoller til rådighed for sejlerne. Dette hjælper med at holde prisen nede for at dyrke sejlsport. Et medlemskab i Nivå er faktisk billigere end at gå til fodbold. Klubben har våddragter, vådsko og redningsveste til udlån. Du kan låne udstyr på havnen til den første tid men herefter er det rarest at have sin egen våddragt, vest og støvler.



**For mere info kontakt Matias Kann på:**  
[optimister@nivaabaadelaug.dk](mailto:optimister@nivaabaadelaug.dk) / telefon 21270795