



Genomgång av kvällens övningar innan det är dags att sjösätta jollarna och ge sig ut på Ridarfjärden.

Föräldrar som seglar Laser

Lena och Tina är mammorna som tröttnade på att skjutsa barnen till seglingsträningen för att sen bara sitta och vänta tills träningen var över. De undrade varför inte de själva skulle kunna segla samtidigt som deras söner gjorde det. Efter lite påtryckningar på klubben fick de som de ville och "föräldraseglingar" började. Text & foto: Anders Sellin



EN RIKTIGT VARM vårkväll när Ridarfjärden badar i solnedgångsljuset träffas vi vid Stockholms Segelsällskaps klubbområde vid Rålambshovsparken, precis under Västerbron. En jämn kvällsbris på 5–6 m/sek bådär gott inför kvällens segling.

Lena Krog-Jensen och Tina Nass seglar Laser samtidigt som deras söner Oscar och Calvin tränar segling i Zoom 8 och C55. De

seglar nästan hela året, men när det blir för mörkt på kvällarna eller isen ligger tar de paus.

Mamma Lena hade seglat en Marieholm 26 tidigare. Nu seglar hon Laser samtidigt som sonen Oscar tränar Zoom 8.

– Vi var ett gäng föräldrar som inte ville sitta bredvid och titta på, berättar Lena. Så på ett föräldramöte tog vi upp att vi också ville segla. Vi började med att segla C55 och det blev så lyckat

att vi höll på i flera säsonger. Nya vuxna kom till, även en del som inte tillhörde klubben eller hade barn som seglade här. Sen bytte vi till att segla Laser och det har vi hållit på med i tre säsonger nu. Lite har jag tävlat också, men det finns inte riktigt tid till det vid sidan av Oscars tävlande. Kort sagt blev det ett väldigt lyckat initiativ och vi har väldigt roligt.

OSCAR SEGLAR ZOOM 8, han tävlar

både nationellt och internationellt. Under sommaren 2016 gick VM i Estland och där deltog han. Han deltar även i Grand Prixserien för Zoom 8 på våren och hösten. Han har kommit in på riksidrotts gymnasiet för segling i Motala där han börjar segla Laser efter sommaren.

– Zoom 8 är en lätthanterlig båt och perfekt när man vuxit ur Optimisten. Den är lätt att lyfta och hantera och väger bara hälft-



Tina Nass och Lena Krog-Jensen återvänder mot klubbområdet efter en lyckad kvällssegling på Riddarfjärden.

ten av en Laser. Under säsongen tränar jag två kvällar i veckan och sen blir det tävlingar varannan helg under vårar och höstar, berättar Oscar som seglat aktivt sedan han var åtta år.

- Mamma ville att jag skulle börja segla Optimist. Jag började och tyckte det var väldigt kul att segla och så har det fortsatt. Jag gillar både seglingen och att tävla, speciellt när det går bra på tävlingarna så är det jättekul. Sen är vi också ett bra team med god sammanhållning som åker tillsammans till tävlingarna. Nu har Oscar bytt ut optimisten mot en Zoom 8 på sitt åttonde seglingsår.

TEODOR WESTERMARK OCH Eli Eriksson är instruktörer för föräldragruppen. De seglar aktivt själva och är instruktörer för en del kurser i klubben.

- Vi brukar börja med en

gemensam genomgång för att förklara de moment vi ska öva på och vad gruppen ska göra för övningar under träningen. Sen är det bara i med jollarna och så kör vi under 1,5 timmar, berättar Teodor.

När båtarna kommit i sjön hjälps Teodor och Eli åt att lägga ut en klassisk triangelbana att öva på ute på Riddarfjärden.

- Vi bygger kursprogrammet efter egna erfarenheter och de övningar vi själva har fått lära oss, berättar Eli. Jag och många av instruktörerna har gått en kurs i barnpedagogik, det är ett grundkrav som vi tycker de instruktörer som leder barn ska ha gått. Jag själv har dessutom gått en fyra dagars instruktörskurs, avslutar Eli.

TINAS SON CALVIN leder kursen med C55 ikväll medan hans mamma seglar Laser. Calvin ➔

RÄDDAREN I NÖDEN

BÅTBRILLOR MED STYRKAN PÅ PLATS

Visst är det irriterande när texten på ditt sjökort, din plotter eller telefon blivit för liten. Att närseendet blir sämre med ålder är nåt vi inte gillar att prata om. Läsglasögon och navigering är dessutom en krånglig kombo.

Räddaren i nöden:

Velodroms sköna sportglasögon med bifokala glas (styrka nedtill) som ger dig **skarp blick på alla avstånd.**

Dessutom dämpar våra bruna och gula glas glitter och blänk. Dina ögon får en lugnare arbetsmiljö. Bättre grynnspaning.

Säg adjö till fummel med läsbrillor när du är på sjön. Med Velodrom Bifocal finns styrkan redan på plats. Finns hos Synsam Sports och de flesta mc-butiker för endast 449 kr.



Hector



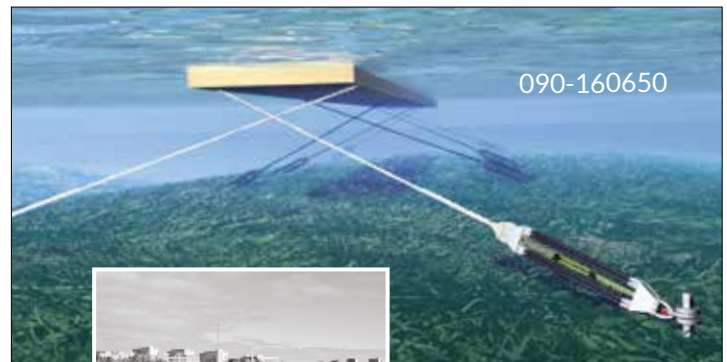
Daytona

» Läs mer på velodrom.se.

Velodrom
SPORTS EYEWEAR FROM SWEDEN SINCE 1988

SYNSAM SPORTS

Modellema i annonsen finns även med gula glas.



Traneberg Marina
Installerad 1983

- 20 år som minsta förväntade livslängd
- Oslagbar dämpning av våg- och vindkrafter
- Stabila bryggor oavsett vattenstånd
- Stora besparingar genom minimalt underhåll
- Enda miljösäkra förankringsalternativet

Seaflex[®]
www.seaflex.net



Stockholms Segelsällskap drog på prov igång föräldraseglingar en kväll i veckan för de som hade barn som seglade i klubben. Resultatet var så lyckat och uppskattat att de fortsatt med samma koncept i flera terminer.

själv har också seglat Optimist, Zoom 8 och sedan fem år Laser.

– Det är kul att mamma börjat kappsegla. Det är kul att se hur hon utvecklas. Tidigare har hon seglat kölbåt och skutor men kappseglingen med Laser är något nytt. Och kring middags-

bordet blir det mycket seglings- snack numera. Jag kan tipsa henne om tips och trix och självklart hjälper jag till vid träningar och tävlingar. Ute på vårt lantställe i skärgården seglar jag tre dagar i veckan och ibland hänger mamma på. Det är roligt. Sen

underlättar det ju att få igenom om man skulle vilja ha lite extra prylar till båten nu när hon förstår sporten, vilket är en bonus, ler Calvin.

NÅGRA I FÖRÄLDRAGRUPPEN har sina egna Laserjollar och annars

finns det jollar att låna av klubben.

Vinden ökar något under kvällen och det blir både en spännande träning och fantastisk upplevelse för Båtliv att se alla jollarna kryssa fram och tillbaka på Riddarfjärden i den bästa av solnedgångar. ☺

GÄSTHAMN BÅTPLATSER SJÖMACK BÅTBOTTENTVÄTT

Varmt välkommen till
Arkösunds Hamn, både
som långväga gäst och
som båtplatsinnehavare.

ARKÖSUNDS HAMN

48°48'8158"N 16°94'396"E

Anton Dahllöf 0733-845949

Anton@arkosundshamn.com

www.arkosundshamn.com