

# BENNS

Segling- och båttillbehör

## Åkring

Rund tub för en person. Vadderade handtag. PVC.



**795:-**

Ord 995:-

Finns i flera modeller!

## Element 9S

9" plotter från Raymarine. Passar såväl seglare, som motorbåtsåkare och fiskare!



Ink sjökort  
Värde 1490 kr

**6 990:-**

Ord 10 990:-

Raymarine

## Förtöjningslina

Treslagen förtöjningslina. I paketet ingår ryckdämpare, schackel och kaus.



16 mm/4 m  
**298:-**

Ord 355:-

14 mm/4 m  
**268:-**

Ord 325:-

Finns i flera storlekar!

## Outwashed Polo

Snygg piké i slitstark bomullskvalitet.



Finns i fler färger!

**479:-**

SEBAGO®

Ord 599:-

## Förtöjningsboj

Tillverkad av rotationsgjutet polyetylen med väl tilltagen tjocklek och fylld med EPS skum.



40 Liter  
**1 695:-**

Ord 2 195:-

Finns även i 60 och 120 liter.

## Singelblock

Enkelt och slitstarkt kompositblock.



35 mm  
**198:-**

Ord 229:-

50 mm  
**209:-**

Ord 255:-

RUTGERSON  
Best in action

## Bryggstege

Uppfällbar bryggstege i varmgalvaniserat stål. 4 steg av trä.



**1 995:-**

Ord 2 295:-

## SUP SeaXplore 290 Pro

Uppblåsbar SUP med dubbla lager laminat för bästa styvhet.



**4 695:-**

Ord 6 495:-

Handla online: [www.benns.se](http://www.benns.se)

Butiker: Prästkragens Väg 20, Saltsjö-Boo · Sisjövägen 45, Askim

010-722 20 90 · [info@benns.se](mailto:info@benns.se)

KRÖNIKA – TIPS FRÅN COACHEN

# Så hamnar du rätt

**DET HAR VARIT** en oerhört hektisk vår hittills med många intressanta coachningar och möten med fantastiska båtägare. Och oavsett om båten funnits i deras ägo i en vecka eller flera år så är det oftast samma hjälp båtägare efterfrågar – de vill bli bättre på att hamna rätt!

Detta bekräftas också av statistik som Transportstyrelsen tagit fram som visar att ungefär hälften av alla båtrelaterade skador inträffar när man ska lägga till. Det är när man närmar sig hamn som pulsen börjar öka. Nervositeten blir påtagning, tryggheten försvinner, båten ålar och åker fram och tillbaka och allt börjar helt plötsligt kännas ostyrt och utom kontroll. Och till slut blir det totalt kaos som i värsta fall resulterar i både brutna ben och äktenskap. Nedan har jag listat några av dessa utmaningar samt tips på hur ni kan göra i familjens båt för att slippa hamna på akuten eller hos parterapeut:

**KLIV ILAND** – hoppa aldrig: Jag brukar säga att den som har fått uppgiften att vara den som ska kliva iland ska kunna göra det med en tamp i en hand och ett glas (alkoholfritt) champagne i andra handen. Är brygga eller land lägre än båten så ska man dessutom helst kliva iland baklänges. Detta kräver...

**TYDLIG KOMMUNIKATION** mellan "kliv i land-kalle" och den som sitter bakom ratten. På större båtar behövs handsignaler och kanske till och med com-radio eller mobiltelefon med handsfree. Kom överens om vilka handsignaler ni ska använda i god tid innan ni närmar er hamn. Googla på "Hamna Rätt" så hittar ni en bra film med exempel på handsignaler från Transportstyrelsen.

**TYDLIG MÅLBILD.** De flesta vet exakt vad slutmålet är – att båten är förtöjd och ni är alla redan på land, men många glömmer bort alla små delmål på vägen. Här måste ni agera som en filmregissör som instruerar sina skådespelare (besättning) vilken roll de ska spela i olika situationer. Ni måste också gå igenom möjliga faktorer som påverkar båten i hamnen. Hur mycket blåser det, från vilket håll? Exakt hur ser det ut där ni ska lägga till? Gå in och reka och gå sedan ut igen och förbered de tappar och fendor som behövs. Vilka delmoment ska göras och av vem i besättningen?

**SE UPP FÖR ANTI-COACHEN** både hos dig själv och andra. Eller som en kund sade nyligen när jag lämnade över en lista på bra saker att ha i båten, inklusive silvertelj: "Haha, jag antar att tejen är för min mun så att jag håller truten och inte applicerar min egen rädsla på min son när vi ska lägga till". För så är det och det är lätt hänt att man kastar över sitt eget låga självförtroende på andra i båten.

**UNDVIK HÄRSKARTEKNIKEN I BÅTEN:** Man blir snabbt trött på sjön, mycket snabbare än på land. Och när det biologiska batteriet är nästan slut är det lätt att börja härska över andra i båten. Man blir helt enkelt en liten båt-tyrann. Det bästa sättet att undvika detta är att äta något litet cirka 10-15 minuter innan man går in i en trång hamn – även om slutmålet är att man ska träffa sina vänner och äta en god middag när båten väl är förtöjd. Med dessa knep önskar jag er alla en riktigt härlig båtsommar!

**Maria Lannér**  
[Maria.Lanner@batliv.se](mailto:Maria.Lanner@batliv.se)



Båtcoachen Maria Lannér är krönikör med rätt att tycka till.  
För mer information: [www.neptunia.se](http://www.neptunia.se)