

1 Lära sig mer

Segling är en komplex sport där både båtens trim, god fysik, bra teknik, och vinnande taktik samt strategi är viktiga. Framförallt när det gäller trim, taktik och strategi kan man lära sig mycket genom teori.

Förutom böcker och youtube så brukar det ordnas kurser, t ex i regler, med jämna mellanrum, dessa är det bra att vara med på. Många läger har teori och föreläsningar på kvällarna.

1.1 Böcker

Det är väl värt att läsa böckerna nedan från pärm till pärm för både seglare och föräldrar

Optimistjollesegling en komplett guide. Boken innehåller det mesta som man behöver veta.



Handbok seglingsledare. Boken vänder sig till seglingsledare och andra funktionärer men är en jättebra och lättläst översikt hur en regatta går till.



Kappseglingsreglerna 2021-2024. Kanske inte den första boken man läser pärm till pärm men oundgänglig för att slå upp hur en regel egentligen lyder.



1.2 Video

Det finns en hel del bra filmer på Youtube. Nedan är några kanaler värda att titta på.

SailZing www.youtube.com/@SailZing

RYA Dinghy Racing Channel www.youtube.com/@DinghyRacingChannel

OptiTV har en youtubekanal med diverse reportage och tips. www.youtube.com/@OptiTV1

Kappseglingdomaren är en svensk youtubekanal med många bra exempel på hur regler ska tolkas. www.youtube.com/@kappseglingdomaren6145/featured

1.3 Vattnet och Hamnplan.

Den främsta källan till kunskap är trots allt mycket tid på träning och tävling. Var aktiv och lär av de andra, detta gäller både seglare och föräldrar. Ha inte bråttom utan var i tid och häng kvar, prata med coachen och de mer erfarna. Ute på vattnet så titta på hur de andra gör. För föräldrar är det ett bra tips att filma starter och rundningar och gå igenom med seglaren efteråt. De mest ambitiösa har med sig en drönare.

2 Formella dokument på Regattor

En regatta har ett antal formella dokument

Inbjudan – Notice of Race (NoR)

Inbjudan publiceras relativt långt innan en regatta. Av inbjudan framgår det bl a vilka klasser som är inbjudna samt datum, tid och plats.

Kompletterande Seglingsföreskrifter (KSF) – Supplementary Sailing Instructions (SSI)

KSF publiceras normalt tätt inpå regattan och innehåller detaljer om banan, startförfarandet och seglingsområdet.

Både inbjudan och KSF refererar ofta till Kappseglingsreglerna 2021-2024 (KSR) – Racing Rules of Sailing 2021-2024 (RRS). Det är en bra idé att ha ett exemplar av dessa att t ex slå upp vad det egentligen står i appendix S eller vad KSR 26 säger.

Läs både inbjudan och KSF noga!

Optimist Class Rules finns på IODAs hemsida men det är ytterst sällan man behöver läsa dem.

3 Några kända seglare som börjat sin karriär i Optimist

En majoritet av seglarna som kommer till OS har seglat optimist på någon nivå. Här är ett axplock på kända seglare med en bakgrund i klassen. Följ gärna dessa på sociala medier och bli inspirerad.

Ben Ainslee (UK) är världens främste olympier genom tiderna med medaljer från fem OS i rad. Nu skeppare på både Great Britains America's Cup båt INEOS Britannia och Sail GP-satsning. Han seglade VM i optimist tre gånger



Anne-Marie Rindom (DK) är regerande olympisk mästare i ILCA radial. I Optimist seglade hon EM en gång och VM två gånger.



Hanna Mills (UK) är flerfaldig OS och VM guldmedaljör i 470. Senare även medlem i Great Britains Sail GP satsning. Hon har seglat två VM i Optimist.



Anton Dahlberg (SWE) är flerfaldig olympier i 470 med en silvermedalj som bäst. Han har seglat två VM i Optimist.



Marco Gradoni (ITA) är en legend i Optimistvärlden. Han är den enda som lyckats vinna VM tre gånger. Han blev som 15åring och yngste någonsin utnämnd till Rolex sailor of the world och har varit mycket framgångsrik 470-seglare efter Opti-karriären. Rekordung har han blivit uttagen till Luna Rosa, Italiens America's Cup satsning.

