

1 Regattor och Läger

Det finns en uppsjö av regattor och läger, både i Sverige och utomlands. De svenska regattorna hittar man i Sailarena, utländska regattor och läger får man tips om på hamnplan på de större tävlingarna.

Åk på så många läger som möjligt i början. De stora utvecklingsstegen tas oftast på läger. Man får dessutom kompisar från hela landet, och kanske hela världen. Man lär sig mer på att segla med seglare som är lite bättre så tveka inte att anmäl er till läger där nivån är lite högre. Tänk bara på att väder och vågor kan vara tuffare än vad ni är vana vid. Viktigt att våga gå ut i alla väder och prova.

När seglaren blivit lite mer erfaren är stora regattor utomlands det mest utvecklande, i Sverige är det sällan mer än 70-80 båtar i en startgrupp medan det utomlands kan vara 150. Att segla i stora fält är mycket nyttigt. Utomlands genomförs också ofta tävlingarna i betydligt hårdare förhållanden än i Sverige där man inte startar ett race om det blåser mer än 12 sekundmeter i medel.

Innan ni anmäler er så prata med nån av de mer erfarna föräldrarna så kan ni få tips om resa, boende etc

1.1 Regattor

Här följer tips på bra regattor som har anordnats många år i rad och har visat sig värda att åka på.

1.1.1 Lokala regattor

LJS Cup genomförs på veckokvällar och arrangeras av föräldrarna till de aktiva seglarna i de olika träningsgrupperna. Det är typisk 1, 2 eller kanske 3 korta race per kväll och några kvällar under vår och höst. Vinnaren får en fin vandringspokal.

Ostcupen är den lokala serien i Östergötland. Den har fört en lite tynande tillvaro de senaste åren men vi hoppas att det blåses liv i den igen. Ostcupen är en serie av endagsregattor med en gemensam träningsdag innan varje regatta. Ostcupen brukar innefatta 3-4 tävlingar arrangerade av Linköping (LJS), Norrköping (BrSS), Motala (MSS) och kanske någon mer. LJS klubbmästerskap **Höstlövet** brular vara en del av cupen. Vinnaren av Höstlövet får en fin vandringspokal.

Sörmlandscupen arrangeras i Sörmland och de olika ingående regattorna är typiskt i Oxelösund, Nyköping, Torshälla, Askersund och Eskilstuna. Sörmlandscupen är lite mer levande än ostcupen. Det är roligt att vara med och få kompisar i grannklubbarna.

Stockholm Cup är den mest livskraftiga med många deltagare och hårt motstånd. Den seglas på två banor: lilla banan för gröna seglare och stora banan för blå/röda/svarta seglare. Det är oftast fem tävlingar per år som hålls på Lidingö, Kvarnviken, Malma, KSSS och BooSS. Jättenyttig erfarenhet att vara med här och möta många av seglarna som placerat sig högt på de riktigt stora tävlingarna.

1.1.2 Regionala regattor

Regionsmästerskap, hette tidigare regionskval, arrangeras ett på våren och ett på hösten per region. För att få segla rikskval behöver man delta i minst ett regionsmästerskap. Regionsmästerskapen är en nyttig erfarenhet, startfältet brukar vara på mellan 50 och 80 båtar på väldigt blandad nivå. Åk så

tidigt som möjligt, första gången brukar seglarna komma bland de sista men sen kan det gå fort uppåt. Regionmästerskapen i region två som LJS tillhör ordnas oftast på KSSS, BoSS, JKV, LiJS, KBS, OXSS eller LJS.

Utöver regionmästerskap så brukar det ordnas ett antal regionala tävlingar t ex **Polar Cup** på JKV i Västerås som sedan många år avslutar säsongen sent på hösten. Deltagarantalet har varierat mellan olika år.

1.1.3 Nationella regattor

Det finns ett antal stora nationella tävlingar som "alla" åker på. Dels förstås SOFs officiella tävlingar för att fastställa riksranking och utse svenska mästare och dels några andra stora regattor som av tradition attraherar många seglare.

Regattor arrangerade av SOF/SSF

Rikskvalet är årets stora händelse och det alla tränar mot. Det består av två tävlingar i maj på antingen 3+2 dagar eller 3+3 dagar beroende på hur storhelgerna infaller. Mellan 120 och 150 båtar deltar. Baserat på de 15-18 race som regattorna innehåller sätts riksranking. Rankingens avgör vilka som får vara med i representationslaget, Team Sweden, i VM, EM och JNoM. Att lyckas på rikskvalet öppnar upp en massa dörrar i form av läger och inbjudningsregattor. Man kan vara med från det år man fyller 12 och innan dess kan man segla Coming Stars som går parallellt för de yngre seglarna.

JSM hålls oftast i slutet av sommarlovet och är en mix av kaos och folkfest. Få klubbar har tillräcklig kapacitet att arrangera ett mästerskap i uppemot tio klasser på fem banor. 500 båtar totalt. Hamnplan är smockfull, parkering obefintlig, kö till de mesta. Trots det är det oftast en trevlig upplevelse i tre dagar. Eftersom rankingen redan är satt är det inte alls lika allvarligt som rikskvalet. Det som står på spel är en biljett till seglingens mästare men det är bara vinnarna som får en sådan. JSM får seglas från 12 år, innan dess är det Opti11 eller ComingStars som hålls parallellt.

Lag-SM i Optimist är för många årets höjdpunkt. Tävlingen hålls på hösten och man tävlar i lag om fyra eller fem seglare.

Andra regattor

Liros Nordic Race Stenungssund inleder traditionellt den svenska regattasäsongen. Regattan går i april varje år och lockar ca 150 optimister från Sverige, Norge och Danmark. Utöver Optimist är det ett antal klasser till så det blir snabbt fullt på Stenungssunds enda hotell.

Magic Marine Summer Regatta arrangeras i augusti på Björlanda Kile utanför Göteborg. En stor tävling med hela den svenska eliten. Ofta väldigt tuffa förhållanden.

Olympic Class Regatta (OCR) arrangeras av KSSS den första helgen i oktober. Ett hundratal optimister brukar stå på startlinjen. Alla dom bästa svenskarna är där men även en hel del finnar och ibland norrmän och danskar. Utöver Optimist så är det ett antal klasser till, totalt runt 500 båtar. Se till att boka boende i tid. Grand Hotell Saltsjöbaden brukar vara fullt av seglare den här helgen.

1.1.4 Internationella regattor

Norska rikskvalen och **Danska rikskvalen** är öppna för svenskar att delta i. Norge kör fyra kval NorgesCup1 -NorgesCup4, två på hösten och två på våren, dessutom NorgeMästerskap (NM). Mer information finns här www.optimistjolle.no, var uppmärksam på att en del av de norska klubbarna ligger på rejält långt köravstånd.

Danskarna har två uttagningar på våren. Mer info på Optimist Class Denmark <https://ocd.dk/>

Några svenska seglare startar alltid säsongen i Neapel och regattan **Trofeo "Marcello Campobasso"**, regattan hålls helgen efter nyår och några hundra seglare brukar delta. Nivån är hög med många VM-seglare. Klubben ligger mitt i stan och det är en trevlig semester för hela familjen att åka dit. Man flyger till Neapel och hyr båt på klubben. De svenskar som är där brukar prata ihop sig innan och ta med en gemensam coach.

Torreveja, Palamos och Valencia är tre stora spanska regattor som hålls med några veckors mellanrum från slutet av januari till början mars. Regattorna brukar samla upp mot 500 deltagare och erbjuder väldigt tufft motstånd då både USA och en del länder i Asien åker dit med sina representationslag. Väldigt många svenskar kombinerar läger med en eller flera av dessa regattor på ett förlängt sportlov. Det finns bra möjligheter att hyra båt så flyg är att rekommendera. Det är off-season så priserna för resa och boende är relativt låga.

Garda Optimeet är världens största Optimistjolleregatta, den hålls i Riva del Garda på påsken varje år. Regattan har anordnats sen 80-talets början och lockar mellan 1200 och 1500 båtar från hela världen. Motståndet är mycket tufft. De flesta åker dit innan och är med på ett träningsläger. Typiskt är lägret fyra dagar följt av en vilodag och sen fyra dagar regatta.

Man kan köra till Riva med båten på taket. Ta färja Trelleborg-Rostock på torsdagskvällen så är du i Riva tidigt på kvällen på fredagen och redo att starta träningslägret på lördag förmiddag. Alternativt så skickar du båten med ett av de många släpen som körs dit mot betalning eller hyr båt på plats och flyger dit. Boka boende i god tid.

Garda är fantastiskt fint och påsken där är en enda stor familjefest. En kombination av segling och semester som många åker till år efter år.

Höstens stora regatta är **Polish Open Championship – Baltic Cup**, den hålls i Dziwnow i Polen. Många seglare från Tyskland och öststaterna. Kan vara så många som 100 svenskar. Det har ofta varit tuffa förhållanden med gigantiska vågor. Ta nattfärjan från Ystad till Swinoujscie, sen är det 30 minuters bilfärd till klubben. Det är billigt att bo och äta och väldigt fina stränder.

På höstlovet arrangeras **Halloween Cup** i Riva del Garda med många deltagare. Samtidigt är det **Atlantic Week** på gränsen mellan Spaniens och Portugals västkust.

Malta Euromed arrangeras i december varje år. Sailcoach ordnar ett populärt läger i anslutning. Till Malta flyger man och hyr båt.

Florida **Orange Bowl International Youth Regatta** går mellan jul och nyår på Coral Reef Yacht Club. Mestadels amerikanska seglare, relativt dyrt och svårt att få en plats. I USA hyr man alltid båt på regattorna pga av de stora avstånden.

1.1.5 Invitation Only

VM, EM, JNoM

Representationslagen för VM, EM och JNoM utses efter riksrankingen. De seglare som kvalificerar sig får en Team Sweden flytväst och får köpa en jacka med Team Sweden Optimist och seglarens namn på. Att få en väst och en jacka är många yngre seglares dröm.

Asiatiska Mästerskapen och Amerikanska Mästerskapen

SOF får en inbjudan om 4-5 platser som erbjuds enligt riksrankingen med villkoret varannan tjej.

Bear Cup Berlin och **Monaco Team Race** är två inbjudningsregattor i lagsegling. Inbjudan till Bear Cup går i tur och ordning efter resultatet i LAG-SM och till Monaco efter riksrankingen till de som seglat för KSSS.

Regatta of Champions – RoC

RoC samlar den absoluta världseliten. Det behövs en topplacering på VM, EM eller Garda Optimeet för att som svensk får en personlig inbjudan. Regattan går på hösten och är en dryg vecka lång. En eller två svenskar brukar vara kvalificerade.

1.2 Läger

1.2.1 SOFs läger

Svenska Optimistjolleförbundet ordnar ett antal läger varje år. Dessa är mycket prisvärda med bra coacher och många seglare. Dessa lägren är bra tillfällen att få nya vänner från hela landet. Speciellt i början av seglingskarriären bör man åka på så många som möjligt.

Regionläger

Regionlägren ordnas på våren och ett per region. I region två kan lägren samla upp mot 80 båtar ett bra år. Lägreten går över en helg med gemensam övernattnig. Klasstränaren utser tränarstaben och brukar delta själv.

Utmanarläger

Utmanarlägret brukar gå i anslutning till ett av lägren för de som ska segla JNoM och samma tränare brukar vara med. Utmanarlägret är primärt till för de som seglat rikskval men inte lyckats kvalificera sig till ett representationslag. Det brukar finnas platser även till några seglare som inte seglat rikskval.

Representationslagsläger

För de som tagits ut till ett av representationslagen anordnas det träningsläger under sommaren. Varje lag har sin egen uppsättning tränare. Tränarna utses varje år.

Lag-DM läger

På tidig höst går det Lag-DM läger för att träna lag-segling. Oftast är det träning på lördagen och Lag-DM på söndagen.

Riksläger

Rikslägreten är på 3-4 dagar under höstlovet och samlar ofta över 100 seglare. Segling i kalla förhållanden blandas med föreläsningar och roliga aktiviteter, gemensam övernattnig. Historiskt har t ex OS-seglare varit där och pratat om när dom seglade Optimist etc.

1.2.2 Andra svenska läger

JoJ Sailing

JoJ har sin bas på västkusten och sin bakgrund i RÖSS och KKKK. De ordnar traditionellt påskläger i Garda innan Optimeet och coachning under regattan. Ca 50 - 100 deltagare, varierar lite pga tränartillgång. Lägreten brukar bli fullt under september/oktober året innan så det gäller att boka sin plats i tid. JoJ har ibland även ordnat sommarläger i Sverige (på KKKK) dessa är bra och väl värda att åka på. www.jojsailing.com

Malmström Sailing

Malmström Sailing har också sin bas på västkusten och med rötterna i RÖSS och LDSS. Även detta läger har runt 50-100 deltagare. Lägre är upplagt på ungefär på samma sätt som JoJs med coachning på regattan. Maila malmstromsailing@gmail.com för info och anmälan

Vilket av de två lägren i Garda ska man då åka på?

Skillnaden är inte jättestor. Lite högre nivå på coacher (och kanske också seglare) på Malmströms läger. Annars, åk på det läger som dina kompisar åker på, det som din favoritcoach ska jobba på eller det som har platser kvar. Tänk på att lägren delar in seglarna i grupper (oftast baserat på riksrankingen med några undantag) så det är inte säkert att du hamnar i samma grupp som din kompis eller får den coach du hade tänkt dig.

Många av de svenska coacherna från hela landet åker till Garda och jobbar på nåt av lägren.

Hjuviks påskläger

Hjuviks båtklubb ordnar varje år påskläger med efterföljande regatta. De seglare som inte åker till Garda brukar åka på detta. Plasterna är begränsade så häng på låset när de öppnar anmälan i december. www.hjvk.se

Oxelösund påskläger

OXSS ordnar oftast ett påskläger. Detta vänder sig framförallt till lokala seglare och gröna. Håll utkik i facebookgruppen OXSS Jolleseglare

1.2.3 Internationella Läger

Det finns flera kommersiella arrangörer av internationella läger, här kommer tips på några som hållit på länge och som många tycker är bra.

Atlantis Academy

Atlantis Academy med sin huvudcoach Simone Ricci ordnar världens bästa läger för de mer avancerade seglarna. Simone Ricci gjorde sig ett namn som Marco Gradonis coach och har sedan dess tränat alla dom bästa. Simone och andrecoachen Jonas de la Cruz brukar ha läger i Puerto Calero på Lanzarote i november, december, januari och februari samt i Riva del Garda i samband med Garda Optimeet och Halloween cup. Se www.atlantis-academy.com för datum etc. Ska ni åka på ett internationellt läger så är det detta.

Dinghy Coach

Dinghy Coach har sin bas i Medemblik Holland på sommarhalvåret och Marina Rubicon på Lanzarote under vintern. Dom har hållit på länge och har ett bra rykte. Marina Rubicon är en jättefina marina som ligger relativt nära Puerto Calero men är betydligt större och det finns gott om turisthotell etc. Svenska seglingslandslaget brukar träna här på vintrarna. www.dinghycoach.com

Sail Coach

Sail Coach har verksamhet på Malta och i Valencia. www.sailcoach.com/optimist-clinics/

8DaysAWeekSailing

8 days a week sailing kommer från Belgien men har som koncept att ordna läger och regattacoachning i samband med de stora europeiska regattorna, t ex Palamos, Valencia, Garda. De har även ibland läger på Barcelona sail center. <http://8daysaweek.be/>

2 Viktiga resurser och system på webben

2.1 Sailarena

Sailarena, anmälan till alla svenska regattor görs här www.sailarena.com

Man behöver lägga upp en användarprofil på Sailarena. Ett tips är att en förälder lägger upp ett konto på sailarena och sen skapar kopplade juniorkonton för den eller de seglare man hanterar. Då blir det smidigt med betaltjänsterna för regattaavgifter och tävlingslicenser.

Fyll noga i alla uppgifter om klubbmedlemskap, båt etc så blir det en barnlek att anmäla sig till regattor sen.

Manage2sail, här anmäler man sig till många internationella regattor www.manage2sail.com/sv-SE

RacingRulesofSailing, används ofta för officella anslagstavlor (official notice board – ONB) och för hantering av protester och gottgörelser. www.racingrulesofsailing.org

Svenska Optimistjolleförbundet (SOF), här publiceras mycket som berör den svenska klassen, här löser man även medlemskap etc <https://svof.kanslietonline.se/>

Svenska seglarförbundet (SSF), allmänt om segelsporten i Sverige, kurser och evenemang www.svensksegling.se/

Följ även SOF och SSF på facebook och Instagram

International Optimist Dinghy Association (IODA) www.optiworld.org, här finns klassregler, blanketter för mätbrev etc

3 Villkor för att få tävla

Det finns ett antal formella krav för att få delta i regattor enligt nedan. I Sverige är det sällan som man faktiskt behöver visa upp medlemskap eller mätbrev men på internationella regattor brukar man behöva visa upp medlemskap i klassförbund, licens och försäkring. Ta med alla papper när ni åker på regatta.

3.1 Medlemskap

För att få tävla och åka på läger så behöver man vara medlem i en klubb ansluten till svenska seglarförbundet. LJS är en sådan klubb

För att få åka på SOFs läger och delta i Regionsmästerskap, Rikskval, JSM och Lag-SM och alla andra större tävlingar behöver man dessutom vara medlem i Optimisternas klassförbund Svenska Optimistjolleförbundet (SOF). Medlemskap tecknas årligen. <https://svof.kanslietonline.se>

3.2 Licens

Det krävs en tävlingslicens från och med det år som seglaren fyller 12. Licens tecknas på Sailarena www.sailarena.com

3.3 Försäkring

En båtförsäkring inklusive ansvarsförsäkring är ett villkor för att få delta i läger och regattor, och också för att få ha båten på hamnplan och delta i träningar. Det vanligaste är Svenska Sjös jolleförsäkring. OBS att det krävs en särskild försäkring om den ska gälla utanför Sverige. Om man hyr båt för utländska regattor ingår försäkring i din tävlingslicens. www.svenskasjo.se

3.4 Mätbrev

Båten, seglet, mast, bom, spri, roder och centerbord ska vara inmätta och ha mätbrev. Båtens mätbrev förvaras i original på svenska seglarförbundet. När man köper en begagnad båt anmäler man ägerbyte och om man köper en ny båt skickar man in originalhandlingarna. Kopia av mätbrev kan skrivas ut från mätbrevsportalen www.svenskseglings.se/tavling/batar-och-matbrev/

3.5 Flytprov

Flytprov ska göras varje år och intyg utfärdas av behörig person. Detta brukar göras som en klubbaktivitet.