

Regionala Sprint Clinics

Sprint som kappseglingsformat är uppskattat bland unga och vuxna. Som ett led i att uppmuntra fler att prova på och delta i sprintkappsegling har SSF nu jobbat fram ett upplägg för Sprint Clinics

SSF vill uppmuntra ungdomar i åldrarna 13 – 22 år att prova på och lära sig mer om sprintformatet som kappseglingsform.

Men för att ungdomarna inte ska slungas in i ett, för många, nytt format så vill vi att klubbar runt om i landet arrangerar Sprint Clinics där deltagarna erbjuds träning i små kölbåtar.

Syftet med dessa clinics är att ungdomarna ska få ökad kunskap om besättningssamarbete, båthantering och att segla på korta banor.

Upplägget för Sprint Clinics är:

Antal deltagande besättningar begränsas till 18 st per tillfälle. Clinicen utgörs av två träningsdagar med coach.

Tävlingsinslag får gärna förekomma när ungdomarna känner sig redo.

Direktdömning sker då med hjälp av domarna och deltagarna tillsammans.

Båtar kan tillhandahållas av arrangörsklubben max 6 segelbåtar men vid färre deltagare kan antalet segelbåtar justeras.

Formatet är sprint enligt definition i tävlingsreglementet (kort bana, direktdömd fleetracing, 4 – 12 båtar, sifferflaggor i startproceduren) men clinicen kan med fördel inledas med besättningsarbete och båthantering.

(t ex start- och manöver, fart/höjd, stagvändning och undanvindsövningar samt bryta vindskugga från framförvarande båt samt besättnings vikt och placering.)

SSF står för kostnaden för coach (arvode, boende, resa).

Det sociala sammanhanget är viktigt. Boende för deltagare kan t.ex. erbjudas i gymnastiksal. Lunch och middag bör ingå i anmälningsavgiften. / Isa@SSF