

SVENSKA BÅTUNIONENS BÅTSKOLA

Jolleseglaren 2

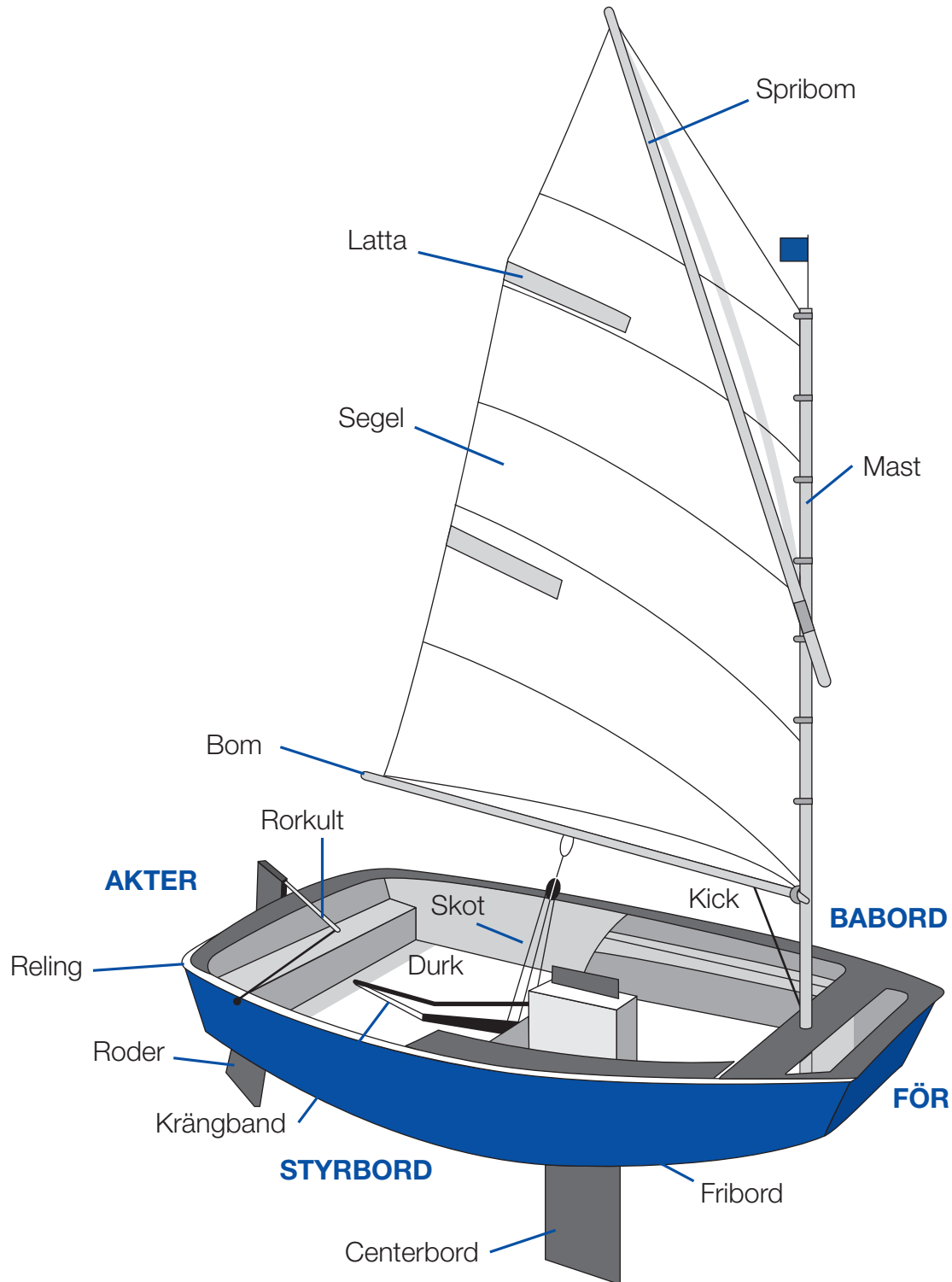


Svenska Båtunionen

Detta häfte tillhör:

INNEHÅLL	SID
Optimistjollens delar	4
Seglingsteknik – en repetition och lite nytt	5
Falla och lova	7
Väjningsreglerna	8
Kompass, väderstreck och sjökort	9
Sjökort och prickar	10
Högvatten och lågvatten	12
Vind och vågor	12
Signaler	13
Krängteknik	14
Öskarsteknik	15
Att arbeta med rodet	16
Telltales	16
Kappsegling – allmänt	17
Sjövettsreglerna	18
Allemansrätten	19
Knopar	20
Ordlista	25

Optimistjollens delar



Seglingsteknik

– en repetition och lite nytt

Kryssa

Kryssa är att med en segelbåt ta sig fram snett mot vinden. Kryssa gör man när man vill segla högre mot vinden än man egentligen kan. Det innebär att man seglar bidevind med vinden in från ena sidan för att sedan vända och segla bidevind med vinden in från andra sidan. Man sicksackar sig alltså fram mot målet. Skotet ska vara hårt draget när man kryssar.

När man kryssar och vänder jollen genom vindögat kallas det för att man gör ett **slag** eller att man **slår**. Man kan också göra ett **rullslag**, vilket betyder att man kan göra slaget utan att tappa så mycket fart.

Knepet vid rullslag är att ta det långsamt och att göra väldigt lite av allt. Det är smart att börja med att svänga mycket långsamt för att öka takten lite mot slutet när farten håller på att ta slut. Det krävs massor med träning för att lyckas bra med ett rullslag, speciellt med slutet där man skall hamna på rätt kurs direkt och med rätt skotning.



Så här gör man ett rullslag:

1. Sätt dig på relingen och börja med att luta dig in i båten, så att den kränger lite åt lovart. Styr samtidigt långsamt upp mot vinden.
2. När seglet börjar röra sig är det dags att sätta sig på relingen igen, men fortsätt att styra långsamt mot vinden.
3. När seglet nästan är i mitten av båten, kräng ordentligt åt lovart så att relingskanten hamnar strax ovanför vattenytan.
4. När seglet har kommit så långt över att det nästan puttar dig i vattnet, då är det dags att byta sida. Obs! Det gäller att gå över så långt fram som möjligt. Försök gå över i en jämn och mjuk, men bestämd rörelse. Ett tips är att sätta över den bakre foten, men att ha kvar den främre foten, så att du kan flytta vikten i en jämn takt.
5. När du nu har fått båten på kurs med vind i seglet, är det dags att byta händer med roder och skot. När du har bytt sida har du skotet framför dig, men i fel hand. Du har också rodret i fel hand och bakom kroppen. Håll i skotet och ta både rodret och skotet med samma hand. Ta sedan skotet med den lediga handen som du tidigare hade på rodret.

Slöra

När man slörar seglar man med vinden in snett akterifrån.

Halvwind

Att segla för halvwind innebär att man seglar med vinden in tvärs jollen, alltså från sidan.

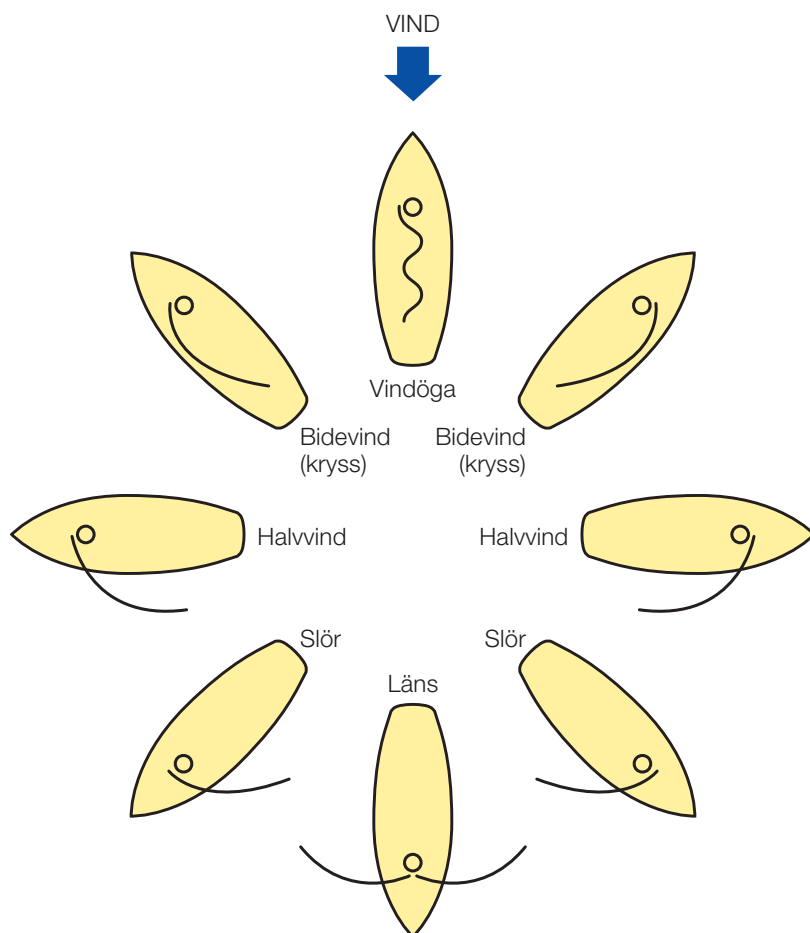
Länsa

När man seglar åt samma håll som vinden blåser, kallas det att länsa, eller att segla läns. Man ska då släppa ut skotet så mycket att bommen nästan är rakt ut åt sidan.

Gippa

Om man länsar kan man ibland behöva falla så mycket att vinden kommer in från andra sidan. För att göra det måste man gippa.

När man gippar faller man först kraftigt. Man kan sedan, precis före vinden får tag i seglet igen, rycka över seglet för hand genom att dra i skotet. När vinden fått tag i seglet släpper man ut skotet igen och seglar vidare.



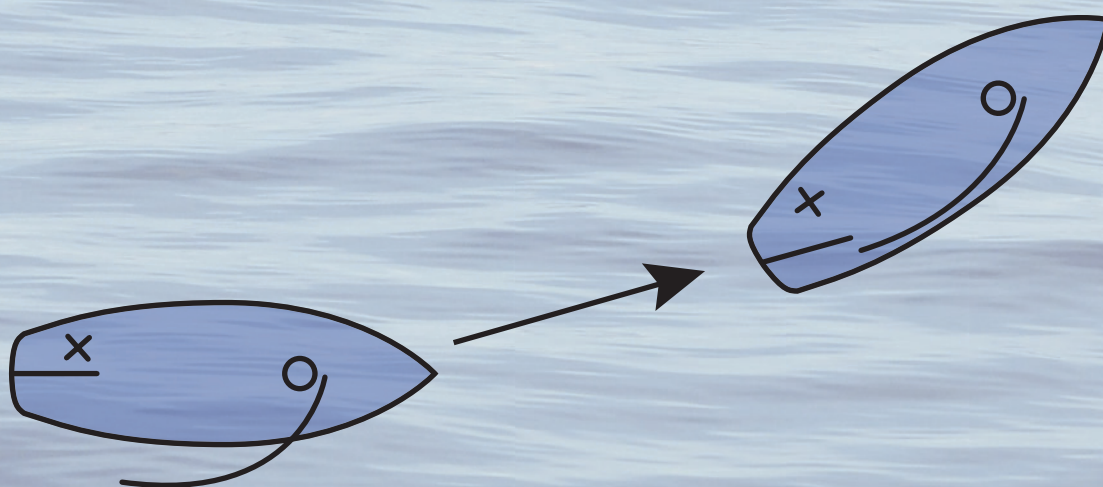
Falla och lova

Kom ihåg att du alltid sitter på den sida om rodret där inte seglet är (se kryssen).

VIND



Falla: När du drar rodret mot dig ändrar du jollens riktning så att den inte seglar lika mycket mot vindögat. Om du fortsätter förbi läns får du en gipp.



Lova: När du skjuter rodret ifrån dig svänger jollen upp mot vindögat. Detta gör du när du ska slå och då går jollen genom vindögat.

Väjningsreglerna

Det är lika viktigt på sjön som på landvägar att man kan väja (hålla undan). Det är allas skyldighet att kunna väjningsreglerna innan man ger sig ut i en båt.

- ▶ När man är skyldig att väja måste man visa det tydligt och göra det i god tid. Det är för att de ombord på den andra båten inte ska behöva oroa sig.
- ▶ Den båt som inte är väjningsskyldig ska fortsätta på samma kurs och i samma fart för att den som styr den väjningsskyldiga båten ska kunna veta hur och när han/hon ska väja.

Vad gäller?

1. En upphinnande båt är alltid tvungen att väja för den båt man kommer ifatt.
2. När två motorbåtar möts ska båda gira styrbord (svänga höger).
3. När två motorbåtar korsar varandras väg ska den som har sin styrbordssida mot den andra båten väja.
4. En motorbåt ska alltid väja för en segelbåt! (Utom om regel 1 gäller).
5. En segelbåt som har vinden in från babord ska väja för en segelbåt med vinden in från styrbord. ("Vinden i höger öra, bara tuta och köra.")
6. Om två segelbåtar har vinden in från samma sida ska den som är i lovart (den som är närmast vinden) väja.

Alla saker som körs med motor på vatten (motorbåtar, jetskis, segelbåt som går för motor mm) räknas som motorbåtar och är väjningsskyldiga för de saker som seglas (segelbåtar, segeljollar, windsurfare mm). Undantaget är stora fartyg, som inte kan hålla undan för små båtar. Man brukar säga att de som är ute för nöjes skull ska hålla undan för dem som arbetar.

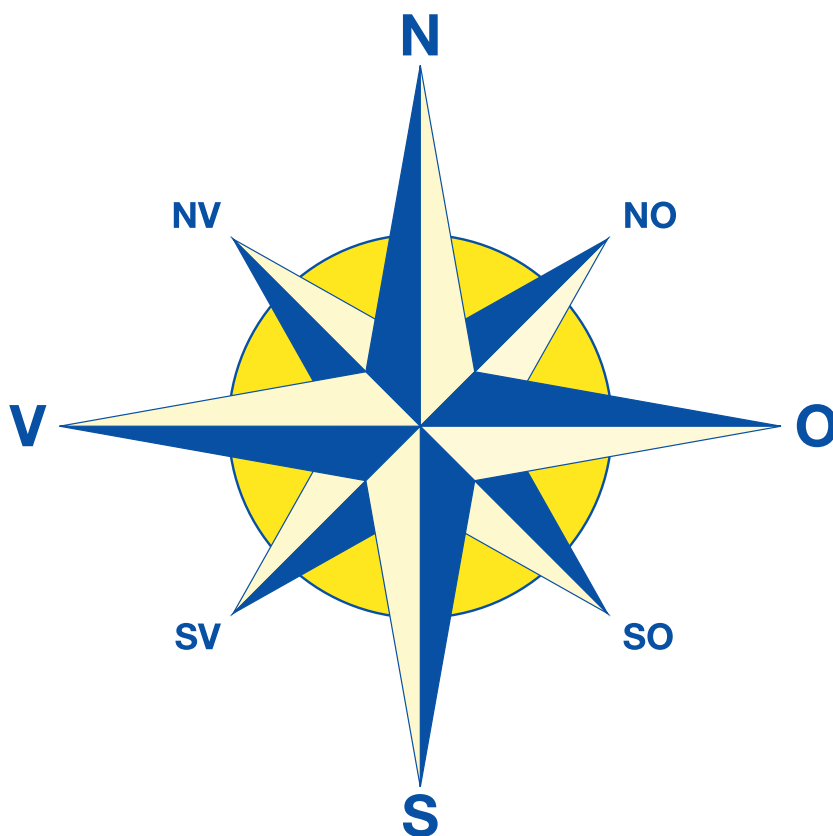


Kompass, väderstreck och sjökort

En kompass har alltid norr uppåt, söder neråt, väster åt vänster och öster åt höger. Ett sjökort (karta på sjön) är också ritat efter väderstrecken och de är ordnade på samma sätt som på en kompass, dvs norr uppåt, söder neråt osv. Mellan de fyra väderstrecken finns nordost, nordväst, sydost och sydväst.

När man anger vilken riktning vinden har säger man det håll vilket vinden kommer från (tex nordliga vindar blåser från norr).

Om man är på öppet vatten och inte ser land är kompassen det viktigaste instrumentet på en båt när man vill veta vart man ska. Den är också bra om man ser land, för ibland är det svårt att se skillnad på en kustremsa och då kan man ta hjälp av kompassen för att hitta rätt.



N = Nord (Norr) = 0°

NO = Nordost = 45°

O = Ost (Öster) = 90°

SO = Sydost = 135°

S = Syd (Söder) = 180°

SV = Sydväst = 225°

V = Väst (Väster) = 270°

NV = Nordväst = 315°

Test 1

Kompassen innehåller en magnet och den gör att kompassnålen alltid pekar mot den magnetiska nordpolen. Vad händer om du lägger en mobiltelefon bredvid kompassen? Prova med andra saker som man gärna lägger ifrån sig (tex nycklar, kamera, verktyg, läskburk mm).

Test 2

Prova ett styra efter kompassen. Din instruktör visar dig hur du ska göra.



Sjökort och prickar

Sjökort

Ett sjökorts färger visar hur djupt det är. Det finns också siffror på sjökortet som visar djupet på en exakt plats.

Mörkblått

Här är det riktigt grunt och det gäller att vara försiktig! Det är mellan 0 och 3 meter djupt när det är mörkblått.

Ljusblått

Här är det mellan 3 och 6 m djupt och motorbåtar och jollar behöver inte oroa sig.

Vitt

Här är det säkert att åka för alla båtar. Vattendjupet är alltid större än 6 meter.

Ljusgult

Den här färgen visar land. Allt land är utmärkt med ljusgul färg på sjökortet.



Symboler



Synlig sten

En sten som man kan se.



Undervattenssten

En sten som ligger under vattenytan.



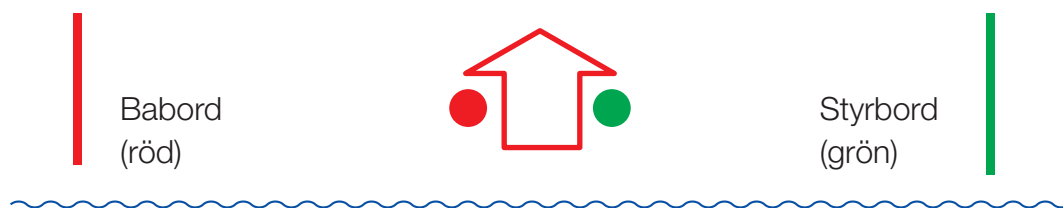
Bränning

Ett grund precis i vattenytan.



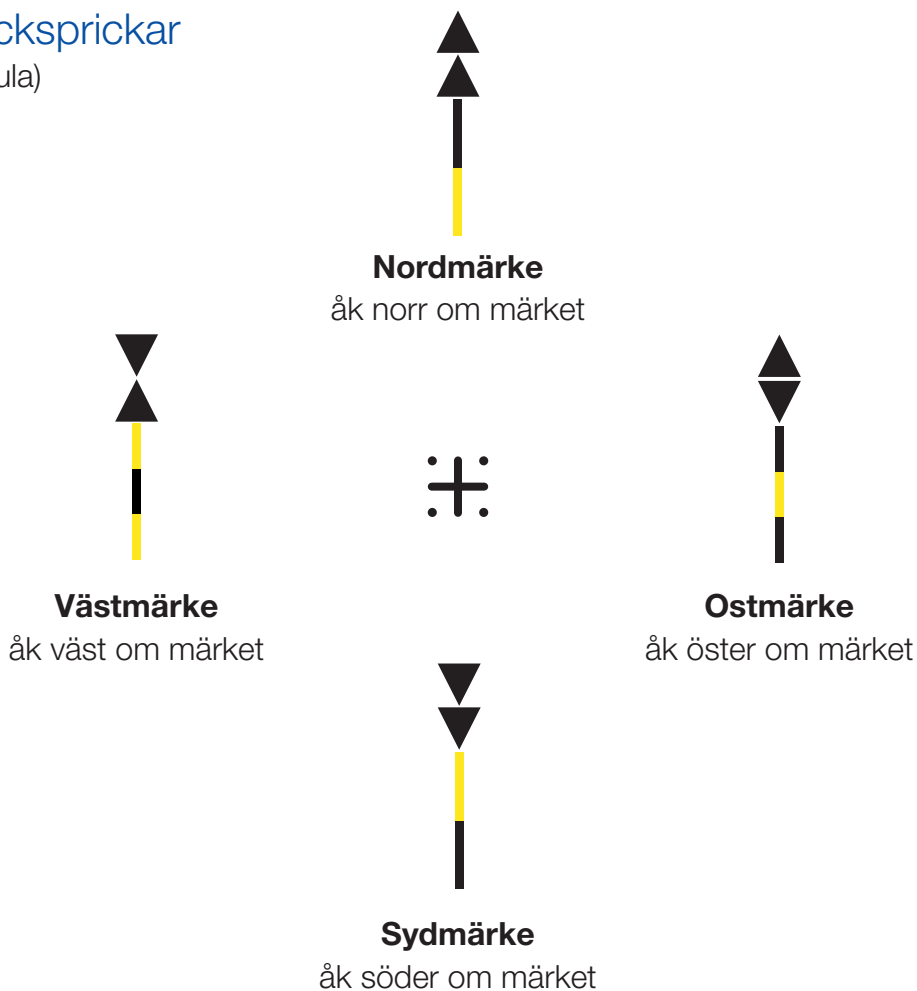
Prickar (Sjömärken)

En väg på sjön kallas för en farled. I en farled ska man alltid hålla styrbord (höger). Dessutom har man hjälp av prickar när man går i en farled, men också på andra ställen på sjön.



Väderstrecksprickar

(svarta och gula)



Några andra prickar



Högvatten och lågvatten

Vattenståndet varierar ganska mycket under en sommar och det är därför bra att vara medveten om ifall det är högvatten eller lågvatten när man ger sig ut. En sten som ligger en bit under ytan vid högvatten kan helt plötsligt bli synlig när det är lågvatten. Det djup som anges på sjökortet är normalvattenstånd, d.v.s mitt emellan högvatten och lågvatten.

Om det är högvatten kan det vara ett tecken på att sämre väder är på gång (lågtryck) och om det är lågvatten att det är bättre väder på gång (högtryck).

Tips! Hitta en sten eller ett märke på bryggan eller kajen som du gör till ditt eget riktmärke och titta på det varje gång du ska ge dig ut. Då vet du om det är högvatten eller lågvatten.



Vind och vågor

Det kan blåsa upp snabbt ute på sjön och då är det viktigt att man har rätt utrustning med sig och att man vet vad man ska göra. Med vind följer vågor och om de blir höga kan man börja ta in vatten i båten.

OBS! Om du ska ge dig ut på en lite längre tur ska du *alltid* lyssna på sjövädret!

Vindstyrkor	Havet
Stiltje 0-0,2 m/s	Spegelblankt.
Bris 0,3-13,8 m/s	Krusningar och små vågor (- ca 5 m/s). Större vågor och vita gäss (från ca 8 m/s).
Kuling 13,9-24,4 m/s	Stora vågor och vita gäss på alla vågor.
Storm 24,5-32,6 m/s	Höga vågberg och skummande vitt vatten.
Orkan över 32,6 m/s	Väldigt höga vågor och vitt skum som ryker över havet. Dålig sikt och piskande vindar.

Signaler

Signalflaggor

De här flaggorna kan man använda sig av:



Ja



Jag backar.



Håll undan, jag har svårt att manövrera!



Nej



Dykare i vattnet.



Du är på väg mot fara!



Fartyget står stilla.



Man överbord!



Jag behöver hjälp!

Ljudsignaler

Man kan använda sig av långa (4-6 sek) och korta (1 sek) ljudsignaler för att meddela saker på sjön.

Det finns många olika saker man kan använda för att göra dessa signaler. På en jolle går det bra att använda en visselpipa, men man kan också använda sig av en lös tuta (tex en flaska). Större båtar måste ha ordentliga tutor för att höras.

Exempel på ljudsignaler

- Jag girar styrbord (svänger åt höger).
- • Jag girar babord (svänger åt vänster).
- • • Jag backar.
- • • • • Tveksamhetssignal (vad gör du?)
- Uppmärksamhetssignal (jag är här!)



Krängteknik

Det man ska sträva efter när man kryssar är att alltid segla så snabbt som möjligt och så högt i vind (nära vindögat) man bara kan. För att kunna göra det måste man utnyttja riggen fullt ut och en del i det är att hänga för att jollen ska ligga så plant i vattnet som möjligt.

Målet är att man skall kunna kränga precis så mycket som det behövs (i just den vinden man seglar i), så länge som möjligt! En del i krängningen är hur stark man är, men en minst lika viktig del är hur man hänger.

Många optimistseglare hänger som en klump över relingen och det är inte snabbt! Man skall hänga med så rak kropp man kan.

Om man ska kunna hänga rakt, så måste krängbanden i båten vara i lagom längd för just den person som seglar.

- ▶ Om krängbanden är för hårt spända får man inte upp benen som man ska och då hamnar man lätt i "klumpposition" med relingen i knävecken och med böjda ben. Om man hänger på det sättet så kommer inte seglarens vikt ut från jollen och krängningen blir inte effektiv.
- ▶ Om krängbanden istället är för långa, så blir det mycket tyngre att hänga eftersom man inte får tillräckligt stöd för fötterna.



Seglaren på bilden nere till vänster hänger däremot bra med raka ben. Här blåser det inte så mycket, men på nästa bild är det hårdare vind och man ser tydligt hur seglaren hänger så att hela kroppen blir rak och han får ut vikten långt från båten. Detta ger honom bättre fart. Läggs också märke till hur långt bak i båten seglaren sitter. Detta gör han för att hålla båten plan även i läget för/akter.



Öskarsteknik

En optimistjolle har inte självläns, utan seglaren måste själv se till att hålla båten torr. Att ha en massa vatten i båten gör att man seglar långsammare och därför måste man ösa så fort man får in vatten.

Att ösa när man länsar är inte så svårt. Det är däremot lite svårare att ösa när man kryssar, eftersom det då är lätt att tappa fart och höjd eller koncentrationen.

I början kommer du att känna att du förlorar tid och koncentration på att ösa när du kryssar, men träna på det ändå. När du väl kan det tjänar du massor med tid på att alltid ha en tom båt!

Att ösa när man kryssar går till så här:

- ▶ Sitt på kanten och häng. Börja med att trycka till båten, så att den får lite lovartslut. Då kommer allt vatten att rinna mot dig.
- ▶ Ta upp ett öskar med vatten, utan att sluta kränga.
- ▶ Ställ öskaret på bröstet, utan att hålla ut vattnet och kräng lite. När du gör så får du lite extra tyngd att kränga med och då du får upp lovartslutet igen.
- ▶ Töm snabbt öskaret och ta upp ett nytt. Sedan är det bara att börja om.
- ▶ Tänk hela tiden på att försöka få båten att gunga så lite så möjligt, eftersom gunget bromsar.



Att arbeta med **rodret**

Det som man måste tänka på vid roderarbete är att varje liten rörelse med rodret bromsar, så det gäller att göra så lite som möjligt, men precis rätt.

På kryssen

I små vågor är roderarbetet inte så viktigt, om det inte är väldigt byig vind. När det blåser mer, så kan man normalt gå lite högre. Lova lite i byn och fall efter den igen.

När vinden och vågorna ökar, så blir roderarbetet allt viktigare. Man kan vinna massor med höjd om man gör rätt. Man lovar lite när man är på väg uppför vågen (så att den inte puttår båten i sidled) och faller när man är på väg ner för vågen.

Det fungerar som en trappa där man, för varje våg, tjänar lite höjd. På en lång kryss blir det många meter som man vinner. Tänk bara på att det handlar om mycket små rörelser, som måste kombineras med att man flyttar kroppen för att hålla båten plan.

På länsen

Att styra i vågorna på länsen handlar om att försöka surfa så mycket som möjligt.

När man skall fånga en våg att surfa på så behöver man mycket fart och därför börjar man först med att lova för att få upp farten. När man sedan ser en bra våg komma bakifrån, så faller man av med den och hamnar på läns. Samtidigt flyttar man fram i båten för att fånga vågen.

När man surfar på en våg så gäller det att behålla den. Om man faller av ännu mer så sneddar man med vågen och utnyttjar därför mer av den. När surfen är slut, så gäller det att så snabbt som möjligt hitta en ny våg. Man kan segla nästan dubbelt så fort om man surfar.



Telltales

Jollen bör ha minst två telltales utmed mastliket och en telltale vid den övre lattan. I lätta vindar eller när man försöker få upp fart ska man styra sin båt så att båtens telltales vid mastliket ligger plant mot seglet. I mellanvind med relativt platt vatten kan man styra så att lovarts telltale lyfter sig (stallar, vanligtvis vinklad ca 45 grader) och läsidans telltale pekar rakt akterut "klistrad" mot segelduken.

Kappsegling – allmänt

En kappsegling är en idrottstävling som styrs av de internationellt beslutade Kappseglingsreglerna, (KSR). Det är viktigt att ha kunskap om dessa regler. Inför en kappsegling är det också viktigt att tänka igenom vad man skall göra när man kommer ut på vattnet. Ju mer man har förberett sig, ju mindre finns det att störas av när det verkligen gäller.



Tänk på

- ▶ Vilken typ av bana ska ni segla?
- ▶ Det är bra att veta vilken startordning det är, det kanske finns flera klasser.
- ▶ Vilka flaggor är viktiga att känna till, hur sker starten?
- ▶ Vad och var är startlinjen, mållinjen?
- ▶ Hur ser startfartyget ut? Vilken sida av startfartyget skall jag starta på? Samma sak gäller för målfartyget.
- ▶ Hur många seglingar är det innan paus?
- ▶ Behöver du mat med dig?
- ▶ Hur är vädret, hur skall det bli under dagen?
- ▶ Hur skall du klä dig?

Utseglingen

De bästa seglarna gör en mängd saker på väg ut till starten. De kollar vågor, vind, ström och trim. De upptäcker också om något är fel med jollen.

Använd alltså tiden på ett bra sätt och var tidigt ute. Det är mycket bättre än att bara segla ut och vänta på startskottet!

Strax innan start

Det är alltid bra att titta på någon start, om det är möjligt. Då kan man se var det bästa startläget är. Glöm inte att hålla koll vilka flaggor som kommer upp:

5 min = Klassflagga

4 min = Flagga P, eller I eller Svart flagg

1 min = Ovanstående flaggor ned

Start = Klassflagga ned



Tänk på att det är flaggorna som gäller och inte skottet!

Om någon tjuvstartar är det enskild återkallelse, om flera gör det blir det allmän återkallelse och därmed omstart.

Sjövettsreglerna

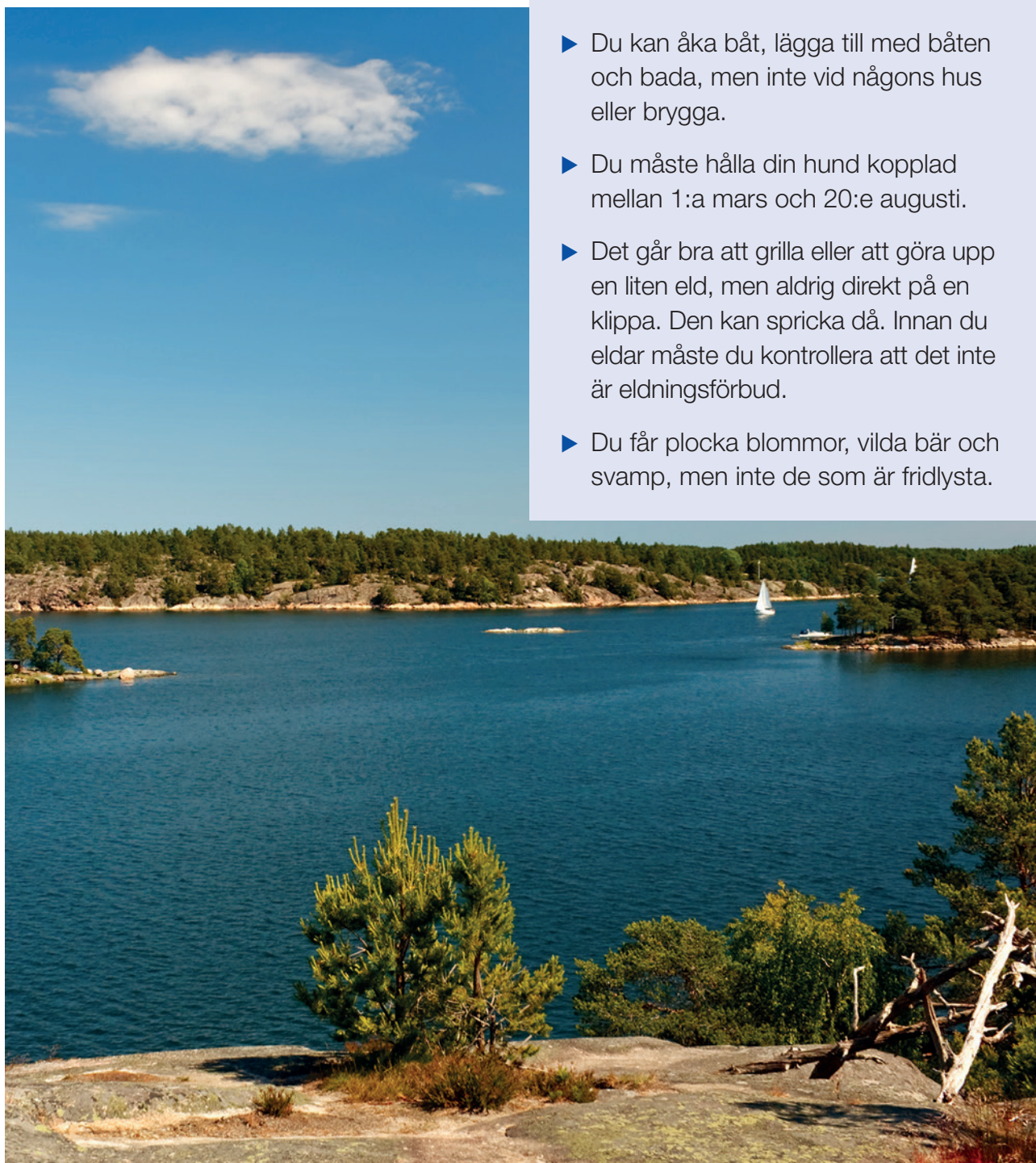
- ▶ Se till att båten är sjöduglig och att god ordning råder ombord!
- ▶ Ha alltid nödvändig säkerhetsutrustning med ombord! Kom ihåg att alla ombord ska ha flytväst!!!
- ▶ Ge dig inte ut på större vatten än båten är lämpad för!
- ▶ Tala alltid om ditt färdmål för någon och studera färdvägen noga. Om du ändrar färdmål, meddela detta!
- ▶ Det är din plikt att känna till de regler som gäller på sjön. Kom ihåg att alkohol och båtliv inte hör ihop!
- ▶ Överlasta inte båten och sitt ner i båten!
- ▶ Håll alltid god utkik! Var försiktig med farten!
- ▶ Lyssna på väderleksutsikterna! Är de dåliga, stanna hemma! Om du redan är till sjöss, sök lä eller närmaste hamn!
- ▶ Om båten kantrar men flyter, stanna kvar vid den! Du är säkrare där än om du simmar mot land.
- ▶ Skräpa inte ner, varken på land eller i sjön. Ta med skräpet hem!



Allemansrätten

Allemansrätten ger oss möjlighet att vara ute i naturen, både på land och på sjöar och hav. När vi rör oss i naturen är det en del saker som vi måste tänka på för att inte förstöra för växter och djur. Det är viktigt att veta vilket ansvar vi har och det kan du läsa om här.

Inte störa och inte förstöra!



Det här ska du känna till om Allemansrätten:

- ▶ Skräpa inte ner i naturen. Lämna alltid stranden som du vill hitta den.
- ▶ Var rädd om de vilda djuren, rör inte bon och annat som du ser.
- ▶ Fiska gärna med metspö eller kastspö längs med kusten.
- ▶ Skada inte träd och buskar.
- ▶ Du kan åka båt, lägga till med båten och bada, men inte vid någons hus eller brygga.
- ▶ Du måste hålla din hund kopplad mellan 1:a mars och 20:e augusti.
- ▶ Det går bra att grilla eller att göra upp en liten eld, men aldrig direkt på en klippa. Den kan spricka då. Innan du eldar måste du kontrollera att det inte är eldningsförbud.
- ▶ Du får plocka blommor, vilda bär och svamp, men inte de som är fridlysta.

Knopar



Stoppåtta

– till änden av skotet på optimisten

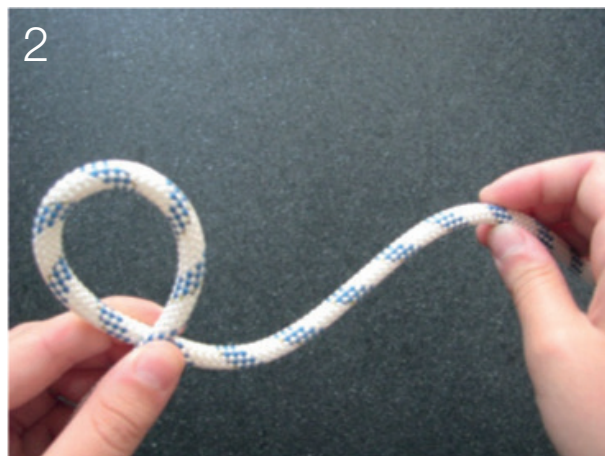


Råbandsknop

– bra när man ska foga samman två tampar
av samma storlek

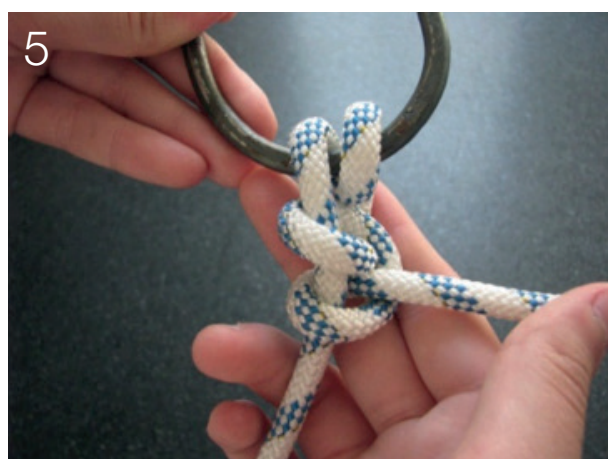
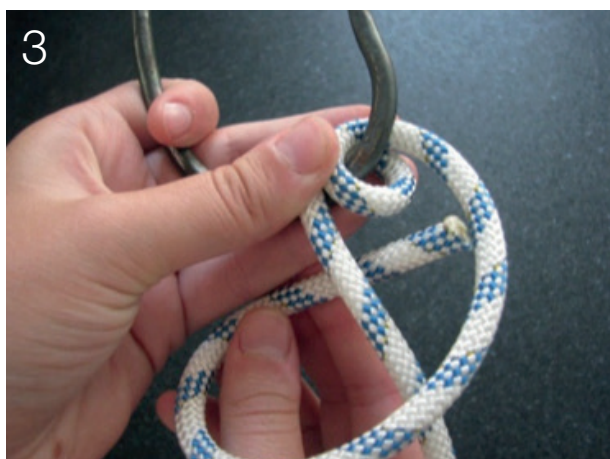
Dubbelt halvslag

– bra bl a när man lägger till vid en brygga



Dubbelt halvslag om egen part

– bra bl a när man lägger till vid en brygga



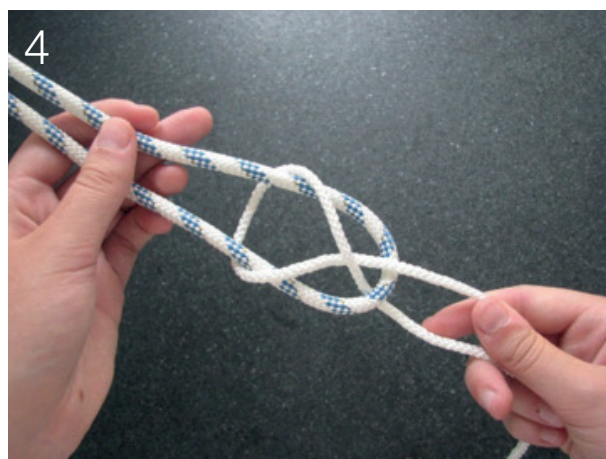
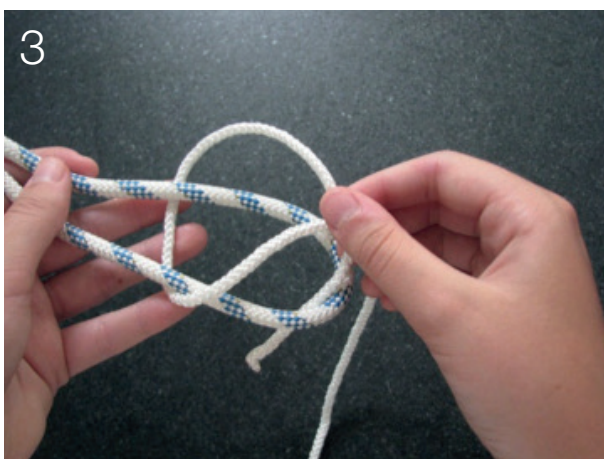
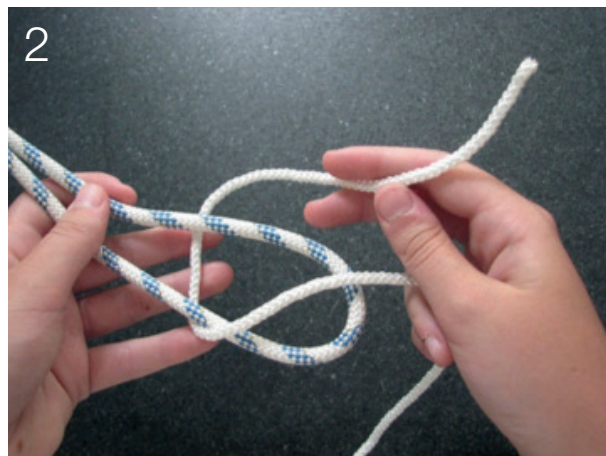
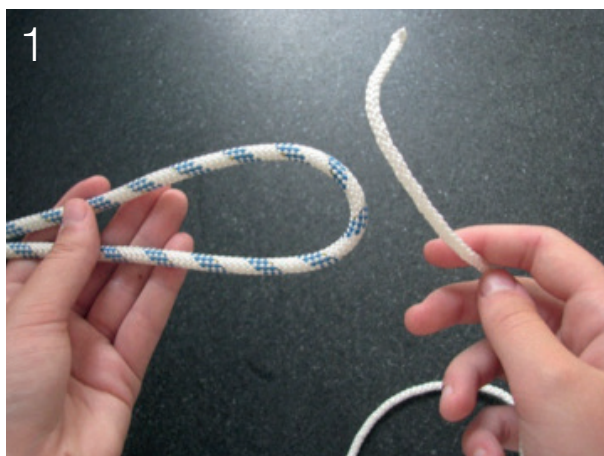
Pålstek

– bra när man lägger till vid en påle



Skotstek

– bra när man ska sammanfoga två tampar av olika storlek



Ordlista

Aker	Bak på jollen
Babord	Jollens vänstra sida (RÖD)
Bidevind	Att segla med vinden in snett framifrån
Bära av	Att hålla jollen från en annan båt eller en brygga
Centerbord	Träbit som man sticker ner genom jollen och som gör att jollen inte välter så lätt och att man kan styra bättre
Durk	Jollens golv
Falla	Styra jollen bort från vindögat
Farled	En väg på havet som båtar kan ta
Fender	En gummibehållare som skyddar jollens sidor mot andra båtar eller bryggor
Flyttank	Lösa eller fasta tankar fyllda med luft för att jollen ska flyta bättre
Fribord	Jollens utsida ovanför vattenlinjen
För	Fram på jollen
Förtöja	Knyta fast jollen i bryggan
Gipp (att gippa)	Att vända undan vinden
Gira	Svänga
Gå upp i vind	Att styra båten upp mot vindögat
Halvvind	Att segla med vinden in tvärs jollen
Kapsejsa	Att välta runt i vattnet med jollen
Kick	En tamp som håller ner bommen
Knap	Plastbeslag att lägga fast tampar runt
Knop (1)	Knut på tamp
Knop (2)	Hastighet på sjön
Kryssa	Att segla i sicksack mot vinden
Kurs	Den riktning jollen åker i
Krängband	Band på jollens durk att sätta fötterna under när man ska kränga (hänga när det lutar)
Latta	Trä- eller plastribba att spänna ut seglet med
Litslinor	De snören som seglet är fastknutet i masten och bommen med
Lova	Att styra upp jollen mot vindögat
Länsa (1)	Att segla med vinden

Länsa (2)	Att tömma jollen på vatten
Mastfot	Det fäste som masten sätts ner i
Prick	Ett vägmärke på sjön
Reling	Kanten på jollen
Reva	Minska ner segelytan
Rigg	Alla delar som gör att man kan hissa segel på jollen
Rigga	Att göra i ordning segel och skot på jollen för att kunna segla
Roder	Den träplatta som man styr jollen med
Rorkult	En träpinne som sitter fast i rodret
Skot	En tamp som man kan dra in eller släppa ut seglet med
Skota hem (ta hem)	Dra in seglet
Skrov	Jollens hela botten och sida
Slacka	Släppa ut seglet
Slag (att slå)	Att vända jollen mot vinden
Slör	Att segla med vinden in snett bakifrån
Spribom	Bommen som håller uppe seglet på jollen
Spring	En förtöjning från mitten av jollen framåt eller bakåt
Stuva	Att städa undan alla saker i jollen så att de inte far omkring när man seglar
Styrbord	Höger sida på jollen (GRÖN)
Tamp	Namn för rep på sjön
Tågvirke	Alla tampar på jollen
Uthal	Tamp som sträcker seglet längs bommen
Vindöga	När jollen ligger med fören rakt upp i vinden
Väja	Att ändra kurs för att inte kollidera med en annan jolle, båt eller brygga
Öskar	Plastskopa att använda till att tömma jollen på vatten

Svenska Båtunionens Båtskola – Jolleseglaren 2

Copyright © Svenska Båtunionen 2020

Foto: Tack till Björn Zetterström, Lars-Åke Redéen, Gitte Nählinder

Layout och original: Ejheden & Ejheden Produktion AB

Denna handbok har tagits fram med hjälp av medel från Svenskt Friluftsliv



Svenska Båtunionen

Svenska Båtunionen, af Pontins väg 6, 115 21 Stockholm
08-545 859 60 | batunionen.se