

Arrangör & Funktionär

Som arrangör eller funktionär spelar du en avgörande roll i att forma stämningen vid tävlingar. Det är ditt bemötande som gör skillnad – inte bara på banan, utan i hela upplevelsen av att segla. Här får du konkreta tips på hur ni kan bidra till en miljö där alla – funktionärer, seglare, coacher och anhöriga– känner sig inkluderade, trygga och sedda.

Handledning: Barn- och ungdomsvänlig kappsegling

Syftet med denna handledning är att ge tips på hur man kan skapa kappseglingar där **glädje, gemenskap och lärande** står i centrum. Den bygger på [SSF:s målprofiler](#) (Grön & Blå nivå) och RF/SISU:s [riktlinjer för barn- och ungdomsidrott](#).

Grundprinciper

- **Trygghet först:** Alla barn ska känna sig välkomna och säkra.
- **Glädje och lärande:** Resultat är sekundärt – fokus ligger på utveckling och positiva upplevelser.
- **Delaktighet:** Barnen ska få möjlighet att påverka och reflektera över sin upplevelse.
- **Föräldrar som stöd:** Hjälp föräldrar att förstå sin roll som stöttande och inkluderande.

Checklista för arrangörer

1. Anpassa tävlingen efter nivå

- För barn 8–12 år: planera som **Grön tävling** (nybörjare, lärande i fokus).
- För ungdomar 12–15 år: Välj nivå efter målgrupp men behåll pedagogiskt upplägg.
- Använd SSF:s mallar för **inbjudan och seglingsföreskrifter**.

2. Skapa enkel logistik

- Visa tydligt var båtar lastas av, parkeras och sjösätts.
- Ge stöd till föräldrar som är nya i kappseglingsmiljön.
- Om möjligt erbjud segling i tillhandahållna båtar

3. Pedagogiskt skepparmöte

- Förklara regler och startprocedur enkelt (använd SSF:s guider).
- Visa banan på land med koner eller ritning.
- Berätta om väder och säkerhet.

4. Extra stöd för nybörjare

- Ha coach/funktionär som följer gröna seglare.
- Kortare bana eller eget varv för gröna grupper.

5. Gemensam reflektion efter segling

- Fråga barnen: *Vad var roligt? Vad var svårt? Vad lärde ni er?*
- Ta emot feedback för förbättring.

6. Föräldramöte

- Påmin om: stöttande, fokus på utveckling och positiv upplevelse.
- Informera om hur de kan hjälpa till med säkerhet och logistik.

7. Banplacering och variation

- Lägg banan nära land för trygghet och publikvänlighet.
- Variera bantyp (kryss/läns, distans runt ö).

8. Tidsramar och pauser

- Max 5 timmar på vattnet, gärna kortare på grön nivå (6 timmar på röd nivå).
- Planera lunchpaus på land.
- Ange tid för sista start båda dagarna om det är en flerdagstävling.

9. Tydliga signaler och bana

- Använd sifferflaggor vid start.
- Markera start/mål och banan med tydliga bojar.

10. Regler och protester

- Följ gärna rekommendationerna i [Handledning kappsegling på grön nivå](#).
- Alternativt dömning på vattnet av tränare/domare.
- Förklara beslut direkt – undvik skrämmande juryförhandlingar.

11. Kortare seglingar – fler starter

- Hellre flera korta race än få långa.
- Anpassa väntetid mellan seglingarna efter seglarnas behov.

12. Toalettlösning

- Ge seglarna möjlighet att komma iland för att gå på toa, eller...
- Ha båt med toalett eller möjlighet till avskildhet.

13. Rekommenderad storlek på startfält

- Grön nivå: 20 båtar. Blå nivå: 40 båtar. Röd nivå: 60 båtar.
- Mindre startfält ger fler vinnare – dela ut pris till alla som startat.

Lyckas med barn- och ungdomsvänlig kappsegling

- **Planera för glädje och trygghet**
- **Kommunicera tydligt med barn och föräldrar**
- **Var flexibel – anpassa efter väder, nivå och stämning**

Utbilda dig som funktionär

Vill du ha ännu fler verktyg för att skapa trygga och inkluderande tävlingar rekommenderar vi att du går någon av våra utbildningar som du hittar på [Seglarförbundets utbildningssida](#) och [Kunskapsarenan](#).