

MÅL	<i>Att prova på och upptäcka vad segling är för en nybörjare</i>		
MOMENT			
FART			
Teknik	1. Båtens delar/Rigga båten/Knopar		
	a.	Kan båtens, riggens och seglets viktigaste delar	
	b.	Kan rigga båten själv för segling. Hissa och ta ner segel	
	c.	Kan göra stoppknop, råbandsknop, halvslag om egen part	
	d.	Kan sätta och släppa grundtrim	
	2. Lova/Falla - Gasa/Bromsa/Backa		
	a.	Kan gasa genom att skota och styra rätt	
	b.	Kan bromsa båten genom att släppa på skotet och gå upp mot vindögat	
	c.	Kan falla av och behålla fart och balans genom att skota och styra rätt	
	d.	Kan lova och behålla fart och balans genom att skota och styra rätt	
	e.	Vet hur man backar	
	f.	Vet skillnaden mellan lova upp och falla av	
	3. Grundläggande seglingskunskap - De olika seglingsäten - Väjningsregler		
	a.	Hittar vindens huvudsakliga riktning och styrka	
	b.	Grundskotar rätt för alla seglingsäten	
	c.	Kan styra på kurs	
	d.	Håller bra tvär-och långskeppsplacering med balans och tajming.	
	e.	Seglar med balans mellan skotning och styrning	
	f.	Förstår hur vinden fungerar och att riktningen skiftar	
	g.	Förstår förhållandet lä/lovar och styrbord/babord	
	4. Slör/Halvvind		
	a.	Kan segla för slör och halvvind med rätt balans, skotning och styra på kurs	
	b.	Kan segla halvvindsbana med balans	
	5. Läns/Gipp		
	a.	Kan styra för läns med acceptabel teknik utan okontrollerade gippar	
	b.	Kan gippa med kontroll genom att styra lagom, ha kontroll över seglet och efter gippen hålla avsedd kurs	
	6. Kryss/Stagvändning		
	a.	Kan slå utan att fastna i vindögat	
	b.	Kan slå utan att släppa skot eller roder	
	c.	Kan slå och avsluta slaget på avsedd kurs utan att tappa för mycket höjd	
	d.	Kan kryssa med acceptabel teknik (fart och höjd)	
	e.	Seglar med rätt skotning och balans	
	f.	Hittar bubblan i seglet	
	g.	Hittar vindögat, stannar och tar sig därifrån	
	h.	Kan skilja på högt och lågt	
	7. Lägga till i alla vindriktningar		
	a.	Kan lägga till vid svajboj/brygga i alla vindriktningar utan att krocka	
	b.	Kan förtöja båten med förtamp på ett säkert sätt	
	8. Säkerhetskunskap		
	a.	Kan vända en kapsejsad jolle och tömma den på vatten	
	b.	Kan stanna båten vid en nödställs	
	c.	Kan sjövettsreglerna	
	d.	Gör säkerhetsgenomgång av båten innan man seglar - flytkuddar, dyvike, förtamp, öskar, mastsäkring och riggsäkring.	
	9. Väjningsregler		
	a.	Kan "Lä/Lovart"	
	b.	Kan "Styrbord/Babord"	
	c.	Kan "Upphinnande båt"	