



Friskvårds-  
bidragsberät-  
tigad kurs!

## Grundkurs segling mindre segelbåt

Sailstar arrangerar seglarkurser i mindre segelbåtar för vuxna

För andra säsongen arrangerar vi seglarkurser i våra skräddarsydda Diva 24SC med en större sammanhållen sittbrunn och platser för fyra deltagare att vara aktiva på och vi har även fått med en riktig toalett ombord på båten.

Första dagen börjar med ett längre teoripass och varefter dagarna går blir det mer och mer segling. Vårt mål är att du efter genomgången grundkurs ska kunna föra ut, rigga och segla runt en ö med en mindre segelbåt och komma tillbaka på egen hand i måttliga vindstyrkor. En intensiv grundkurs om fyra dagar.

Kurserna utgår från Viggbyholm, Täby. Kursdagen startar kl. 09.00 och avslutas kl. 16.00. Våra instruktörer är vana seglare och instruktörer, många av dem kappseglar och de har fartygsbefälsutbildning klass VIII.

I kursen ingår kursdokumentation. Vi har flytvästar till alla deltagare. Efter genomgången kurs kan man erhålla Seglarintyg 1 (tillägg 300:- , blå bok 50:-) Det är möjligt att hyra båten måndag-onsdag efter genomgången kurs. Sailstar ger er förslag på lämplig rutt och natthamnsvikar i Stockholms mellersta skärgård.

På seglarkursen lär du dig seglingens grunder, vindar, knopar, väjningsregler, kapsejsning, riggning, termer, tilläggning, manövrering och mycket mer. Max 8 deltagare per kurs och max fyra deltagare per båt och instruktör. Boka kursen på hemsidan!

# Sailstar

Vi lär dig segla

[www.sailstar.se](http://www.sailstar.se) [info@sailstar.se](mailto:info@sailstar.se) Tel. 076-114 19 30

## Om Sailstars seglarkurser och seglarskolor

Sailstar arrangerar seglarkurser i både kölbåtar (stora båtar), mindre segelbåtar och i segeljollar. Kurserna i mindre segelbåtar utgår från Viggbyholm, Täby. Kurserna är dagskurser. På vår och höst kurser över två helger, under sommaren kurs torsdag-söndag. Kurserna går parallellt med Sailstars jollekurser vilket gör det möjligt att prova på jollesegling om ni önskar.

## Utrustning

Ta med er kläder för utomhusbruk, gärna seglarställ eller regnställ. Fritidsskor typ seglarskor eller idrottsskor, stövlar kan vara bra att ha. Någon varmare tröja, fleecetröja/jacka och badkläder. På båten finns flytvästar och seglarjackor.

## Krav

Ni ska kunna simma minst 200 meter. Det är det enda kravet för våra grundkurser i segling.

## Ledarna

Alla ledarna på kölbåtskurserna har Kustskepparexamen alternativt Fartygsbefäl klass VIII.

## Båt och säkerhet

Båtarna vi seglar är helt nya Diva 24SC, skräddarsydda för Sailstar. De har erforderlig säkerhetsutrustning och givetvis ingår flytvästar till alla deltagare. Vi har även enklare seglarjackor (Helly Hansen) under kursen.

## Teori & praktik

Kurserna innehåller teoripass och vi använder vår egen bok "Seglingens grunder 2.0". Vi lär oss seglingens grunder – namn på båt, segel och tampar. Vindens vinklar, kryssa, länsa, slöra. Vindöga. Sitta rätt i båten, styra och skota rätt och vi lär oss säkerhet. Manövrering, tilläggning, ankring, enklare navigering, väjningsregler. Om du vill erhåller du Seglarintyg 1 efter kursen (tilläggsavgift 300:- ), om du har förarbevis kan du erhålla Seglarintyg 2.

## Bokning och anmälningsavgift

Bokning sker på hemsidan. Vid bokning betalas anmälningsavgift om 1 500:-, resterande avgift betalas innan kursens start. Om ni kan anmäla er och betala en anmälningsavgift så har ni fått en plats på kursen, på vissa kurser finns det reservplatser vilket ni får besked om vid anmälan. Vid avanmälan senast 28 dagar återbetalas kursavgiften förutom anmälningsavgiften. Anmälnings- eller bokningsavgiften återbetalas ej. Sker avanmälan senare än 28 dagar innan kursstart tillfaller hela kursavgiften Sailstar. Om kursen inte blir av återbetalas även anmälningsavgiften.