

JEUGDZEILEN bij Lake 7 Sailing

6 TOT 13 JAAR EN 13 TOT 18 JAAR

WIST JE.....

- Dat zeilen een fantastische sport is ?
- Dat ook jij het in korte tijd kunt leren ?
- Dat je hiervoor niet ver weg hoeft ?
- Dat je het ook op de Zevenhuizerplas kunt leren ?
- Dat juist deze plas ideaal is om te leren zeilen ?
- Dat zeilen helemaal niet zo duur is als velen denken ?
- Dat je na de cursus geen boot hoeft te kopen, omdat je bij ons voor een paar euro een boot kunt huren ?
- Dat je met Club Sail Away wekelijks in groepsverband met allerlei activiteiten mee kunt doen ? (6 tot 13 jaar)

Wist je dat allemaal niet en lijkt het je wel wat ?

Maak dan kennis met de zeilsport en schrijf je in voor een Sail try-out of een cursus.

Leeftijdsgrens:

Deze is sterk kind-afhankelijk. Sommige kinderen van 6 jaar kunnen al goed mee, terwijl anderen beter nog een jaar kunnen wachten.

JEUGD BASISCURSUS VOOR BEGINNERS

Programma :

- Wen les met bootjes in het zwembad (zie zwembadles) of op de plas.
- Sail try-out van 3 uur
- Na de Sail try-out: een basiscursus
- 3 lessen van 2 ½ uur, afwisselend in Optimist (6 tot 13 jaar), Escape en Kielboot.

- op/aftuigen - aan de wind zeilen
- sturen/zeilstand - dwarspeiling en overstag gaan
- knopen/steken - gijpen
- veiligheid op het water - zorg voor het materiaal

Opzet en doel van de cursus bij Lake7 Sailing:

- leuk, speels en vooral geen (theoretisch) stamp/huiswerk. De vaardigheid en het inzicht komen spelenderwijs.
- kinderen en jeugd voor een laag tarief op een leuke manier laten kennismaken met het zeilen.
- de kinderen zover opleiden dat zelfstandig zeilen mogelijk is.
- opleiden tot onze zeildiploma's.
- na de cursus de gelegenheid bieden om in groepsverband en onder begeleiding door te kunnen gaan (Club Sail Away Junior / Generation Next Sailing Club)

Gebruik Kielboot - Optimist - Escape

Lang geleden leerden we kinderen uitsluitend zeilen in de kielboot. Pas aan het eind van de kielbootcursus zeilden ze even in de Optimist. Het voordeel van de kielboot is, dat je " klassikaal" les kunt geven : de instructeur zit er altijd bovenop en zo ontstaat snel inzicht. Hierdoor kan soms sneller een niveau bereikt worden, waarmee zelfstandig zeilen mogelijk is. Het voordeel van de Optimist en de Escape is dat de bootjes kindvriendelijker zijn.

Toch is de kielboot een vast onderdeel van ons cursusprogramma:

- soms wordt een dubbele groep gecombineerd ; de kinderen zeilen dan 50% in de kielboot en 50% in de Optimist of de Escape.
- het "aan de wind" zeilen wordt bij voorkeur in de kielboot aangeleerd.
- als het te hard waait om in de Optimist of de Escape les te geven, wordt uitsluitend in de kielboot lesgegeven. Het kan

dus voorkomen dat alle lessen in de kielboot worden
gezeild.

De Escape is geschikt voor zeilers van 6 - 66+

Groepsgrootte - aantal bootjes per groep

Basiscursus: 6 tot 8 kinderen per groep. Vervolg cursus : 6 tot 10 kinderen per
groep.

Diplomacursus: 6 tot 10 kinderen per groep. Weekcursus : 6 tot 10 kinderen per
groep.

Voor de grotere kinderen zitten liever in een Escape dan in een Optimist. En...je
kan ook met z'n tweeën in een Escape. Veel gezelliger !

Afhankelijk van het niveau, leeftijd en
weersomstandigheden wordt het aantal
instructeurs en hulpinstructeurs per groep
bepaald.

De instructeur bepaalt, afhankelijk van de
omstandigheden en het niveau van de groep,
welke en hoeveel boten er per groep gebruikt
worden. Wij hanteren de volgende regel : "Beter
twee boten te weinig dan één teveel".

De praktijk heeft ons geleerd dat je hierdoor kunt blijven lesgeven : desnoods met 1
Optimist of Escape op het water en 5 kinderen in de volgboot of op de steiger. Je
kunt zo blijven lesgeven, door aanwijzingen te geven en door de kinderen te
vertellen wat er goed of fout gaat. Neem je één boot teveel, dan wordt je al snel een
sleepdienst, moet je bij omslaan van de een, de ander aan z'n lot overlaten, de
veiligheid komt in het geding en..... van lesgeven komt niets meer terecht.

Privés - kleinere groepen

Voor kinderen die op afwijkende tijden (met

minimaal 6 kinderen) of met kleinere groepen

les willen hebben, hebben we de volgende mogelijkheden :

- 2, 3, 4 of 5 kinderen per groep of privéles (1 kind)

ZWEMBADLES (1 UUR) (data worden bij inschrijving
doorgegeven)

Voorafgaand aan de Basiscursus is er, indien gewenst, een

zogenaamde zwembadles, om de kinderen te laten wennen aan de

boten. De ervaring heeft ons geleerd dat deelname aan een zwembadles zeer wenselijk is. De kinderen raken snel vertrouwd met het materiaal en onnodige angst voor het onbekende

wordt voorkomen. In de zomermaanden wordt i.p.v. de zwembadles de

watergewinning tijdens de cursus bij Lake7 Sailing gedaan.

N.B. - droge kleren en een vuilniszak meenemen - fototoestel/videocamera (leuk
voor later)

- opa en oma zijn ook welkom als toeschouwer.

Aanvang, tarieven en lestijden basis- en vervolgcursussen : zie tarievenbijlage.

Voor alle jeugdcursussen geldt het volgende:

- er wordt zoveel mogelijk op niveau en op leeftijd ingedeeld.

- de groepsindeling kan tot twee dagen voor de cursus door het Zeilcentrum
gewijzigd worden.

INSCHRIJVEN

Inschrijven via het kopje 'Inschrijven' in de grijze menubalk bovenaan iedere pagina op
www.lake7sailing.nl .

· Bij inschrijven 1e, 2e en 3e voorkeurslestijd opgeven.

· Vaste lestijden.

· Als de les door de weersomstandigheden niet door kan gaan, verschuift de les
automatisch naar een nader te bepalen uitwijkdatum; dit geldt niet tijdens vakantieweken.

· Zwemdiploma of een kopie daarvan meenemen, óf een verklaring (door ouders of
verzorgers ondertekend) de zwemkunst voldoende te beheersen.

Betaling voor aanvang van de cursus. Cursusbedrag s.v.p. overmaken op rekeningnr. NL87 RABO 0302 5960 03 t.n.v. Lake7 Sailing & Boat Rental o.v.v. naam, postcode, lescodex en 1e lesdatum.

N.B. Lake7 Sailing verstrekt zwemvesten ; tijdens de

jeugdcurso is het dragen van een zwemvest verplicht.

* Kleding : speciale zeilkleding is niet noodzakelijk ; een extra trui of jack of een zgn. fiets/regenpak is meestal voldoende.

* Schoeisel : sportschoenen of laarzen (geen leren en/of zwarte zolen !)

JEUGD VERVOLGCURSUSSEN

Na de basiscurso is het mogelijk vervolgcursussen te volgen.

7 ½ uur : zo'n curso bestaat net als de basiscurso uit 3 lessen van 2 ½ uur, afwisselend in een Optimist (6 - 13 jaar), een Escape en een Kielboot.

Doel: de zeilvaardigheid en het inzicht verbeteren en trachten een niveau te bereiken waarmee zelfstandig zeilen mogelijk is zonder begeleiding van een instructeur.

Gewoonlijk is dit niveau (gelijk aan het 2e diploma) te bereiken na een basis- en twee vervolg- of diplomacursussen. Het 1e diploma wordt doorgaans behaald na een basis en een vervolgcursus.

Programma vervolg- en diplomacursussen :

- herhaling programma basiscurso
- afvaren vanuit diverse situaties
- sliplanding |
- kruisen in breed vaarwater
- aanleggen met opschieter
- inzicht bevorderende spelletjes

Evenals bij de Basiscurso wordt dit programma op een (leeftijdsafhankelijke) kindgerichte en speelse manier aangeboden.

Set droge kleren

Neem altijd een set droge kleding, een handdoek en een vuilniszak (voor de natte kleding) mee. Je weet maar nooit !

JEUGDWEKEN GROTE VAKANTIE (EXTERN) (6 -13 JAAR)

- Maandag t/m vrijdag 10.00 - 16.00 (eerder brengen / later ophalen mogelijk in overleg)

- Basiscursus - Vervolgcurus - Opleiding diploma's -

Spelletjes - Wedstrijdjes - enz.

- Leerzame, leuke en gezellige weken met een gevarieerd programma. Al jaren een groot succes !!!

- Pannenkoekenlunch en Admiraalzeilen (= line dancing voor boten) op vrijdag