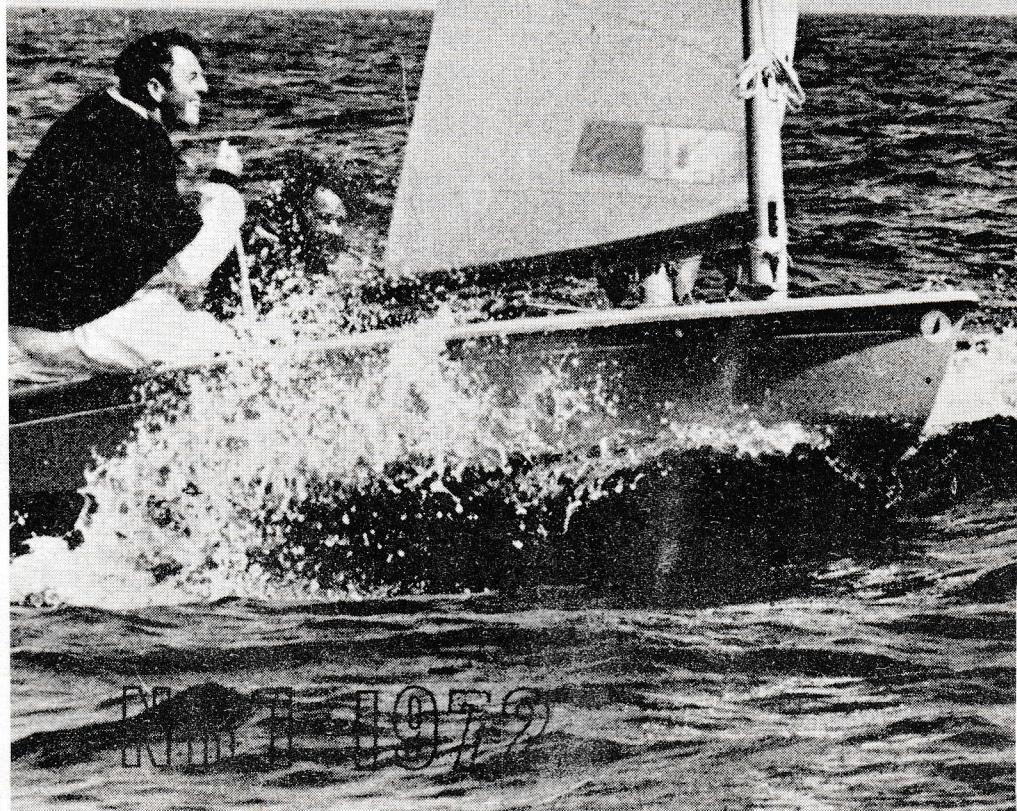


OK

bladet



OK 11 1972

HUR BLIR MAN MEDLEM I SVENSKA OK-JOLLEFÖR- BUNDET

Sänd in 20 kronor på förbundets postgiro-
konto 44 04 20-8 och ange på inbetalnings-
kortet namn, fullständig adress och jollens
nummer. Du får givetvis bli medlem även
om Du inte ännu skaffat OK-jolle.

OMSLAGSBILDEN

visar Peter Æbeløe vid VM i Kiel. Samt-
liga foton i detta OK-blad kan beställas
från Henrik Hansen, Kærstykkevej 16,
DK-2650 Hvidovre, Danmark. Pris: Dkr
10:— i format 18x24 cm inkl. frakt.

Svenska OK-Jolleförbundet

Ordförande:

Birger Gröndahl, Ljungvägen 31
791 00 Falun tel. 023/328 82

Sekreterare/Kassör:

Elly Johnsson, Violstigen 6,
435 00 Mölnlycke
tel. 031/73 53 97

Ledamöter:

Sten Marklund, Box 1260, 960 24 Harads
tel. 0928/101 34

Thomas Berndtsson, Paternostergatan 10,
414 67 Göteborg

tel. 031/14 52 67

Bernt-Olof Jalkner, Vinterbrinksvägen 5,
133 00 Saltsjöbaden

tel. 08/717 12 84

Redaktör för OK-bladet:

Lennart Ekholm, Hårdvallsgatan 18,
852 47 Sundsvall
tel. 060/15 33 10

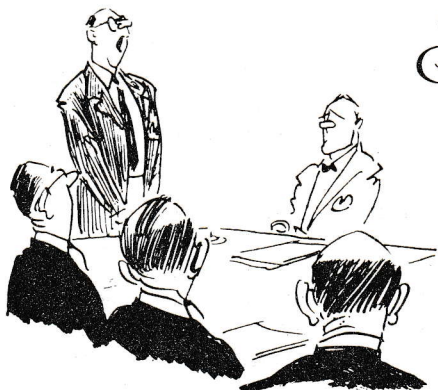
Svenska OK-jolleförbundets postgirokonto:

44 04 20-8 Adress: se sekreteraren

KONTAKTMÄN:

1. Blekinge:	Sven-Göte Roth, Karlskrona	0455/178 09
2. Bohuslän/Dalsland:	Göran Malmen, Åmål	0532/108 83
3. Dalarna:	Birger Gröndahl, Falun	023/820 00-226
4. Gotland:	Dick de Jounge, Slite	0498/200 28
5. Gästrikland:		
6. Göteborg/Halland:	Thomas Berndtsson, Göteborg	031/14 52 67
7. Hälsingland:		
8. Jämtland/Härjedalen:		
9. Medelpad:	Lennart Ekholm, Sundsvall	060/15 33 10
10. Norrbotten:	Sten Marklund, Harads	0928/101 34
11. Närke:		
12. Skåne:	Kent Ljungqvist, Malmö	040/13 62 76
13. Småland:	Karl-Bertil Johansson, Mönsterås	0499/113 97
14. Stockholm:	Jan-Erik Nystedt, Stockholm	08/85 06 54
15. Södermanland:	Roger Eriksson, Oxelösund	0155/304 23
16. Uppland:		
17. Värmland:	Bengt Pettersson, Kristinehamn	0550/132 47
18. Västerbotten:	Sten Marklund, Harads	0928/101 34
19. Västergötland:	S Luckner, Mariestad	0501/130 39
20. Västmanland:	Hans Gidhagen, Kungsör	
21. Ångermanland:		
22. Östergötland:	Stefan Haraldsson, Norrköping	011/11 82 78

Styrelsens spalt



Våren närmar sig allt mer nu fast man inte riktigt kan tro det i skrivande stund (slutet av februari) från Faluns horisont.

Styrelsen håller på att förbereda sig inför det första årsmötet enligt stadgarna som beslöts vid extra möte i Stockholm i december.

Så här under vintern består styrelsens arbete till 90 % av vad sekreteraren gör men just denna vinter torde arbetsuppgiften för sekreteraren väl överskrida 95%. I början av 1971 gjordes en stor förfrågan till landets segelsällskap om vilka som seglade OK-jolle. Sekreteraren har gått igenom alla svar vi fått in och försöker att baka samman uppgifterna med de uppgifter vi hade förut till ett meningsfyllt medlemsregister. Jag vet inte om någon har suttit och försökt arbeta ut medlemsregister och bätregister i era respektive hemmaklubbar någon gång. De som har gjort det brukar vara hjärtligt leda på uppgiften när de passerat de första 50 medlemmarna. Elly Johnsson har arbetat med över 1000 namnuppgifter där sedan en uppföljning i OK-förbundets register måste göras m.m. Hon bad mej

hälsa alla som ännu inte betalt in medlemsavgifterna att numret på båten *måste vara med* när ni betalar in era avgifter.

F.ö. ville vi i styrelsen tacka alla som betalat in pengar till VM-74-fonden. Det visar sig att fast avgiften är frivillig så har de allra flesta betalt in sin femma. Det hela är särskilt roligt som vi knappast kan räkna med att få pengar till att sända särskilt många till Australien 1974 från Svenska Seglarförbundet. Styrelsen har planerat att försöka få pengar till fonden från andra håll än sina medlemmar men det är alltid en styrka när man tigger pengar om man kan visa på en egen grundinsats.

Thomas Berntsson har lagt ner ett mycket förtjänstfullt arbete på normalbestämmer för större OK-tävlingar. Ni kan själva läsa hans förslag på annat håll här i tidningen.

I förra numret sände jag ut en förfrågan om hur ni blivit OK-seglare. Jag hade räknat på att få in hundratals svar på min förfrågan som är utomordentligt viktig för vår verksamhet. Ett tiotal har svarat mej hittills – dessa tackas på det varmaste.

Övriga medlemmar ber jag än en gång skriva till mej enligt mitt förslag från nummer 2/71.

Både sekreteraren och ordföranden ber att få tacka för alla trevliga brev med alla möjliga förfrågningar som kommer in-droppande från olika medlemmar. Vi tycker båda att det kanske charmigaste delen av vårt jobb ligger just i att besvara alla era förfrågningar och att få ta del av era olika synpunkter.

Ett PR-blad är alltså under utarbetande inom styrelsen. Per Wennersten: Marstrand har på eget bevåg gjort ett mycket trevligt PR-blad av kortare beskaffenhet som bl.a. fanns med på Göteborgsmässan.

Jag hoppas att isarna har börjat släppa för många av er när ni läser det här och att ni har perfekt seglarväder. Här i Dalarna har vi 60 cm is nu i slutet av februari och lär väl inte få båtarna i sjön före 10 maj.

Hela styrelsen hälsar och önskar en riktigt god seglarsäsong!

Birger Gröndahl

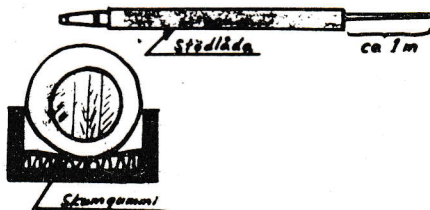
Hur vårdar man sin OK-jollerigg?

— några tips inhämtade från LJ-snickeri i Marstrand av Thomas Berndtsson.

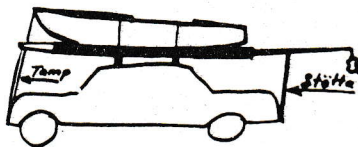
Vi börjar med *vårutrustningen* (som så många seglare slarvar med) av äldre riggar. Har man en »snabb» mast bör man *ej* renskrapa eller slipa ner denna hårt. Dess egenskaper kan då förändras till det sämre. I stället slipar man och bättrar med lack de märken och »skavsår» som uppstått. Därefter slipar man lätt hela masten och lackar en gång — detta brukar normalt vara tillräckligt. Har man en alltför sliten och illa medfaren mast slipar man och lackar ytterligare en gång.

Masttransport till olika tävlingar m.m.

Man hör ofta att masten »tar slut» efter en seglingssäsong. Att detta sammanhänger med seglingen kanske är riktigt om man deltagit i många synnerligen hårdvindsbetonade tävlingar. I allmänhet är dock den största orsaken till att masten »tappar sin spänst» de påfrestningar den utsättes för under transporterna — ofta på dåliga vägar. Man kan härvidlag se många »skräckexempel» på mastsurrningar där masten slänger kraftigt för varje gupp i vägbanan — rena rama tortyren. Masten bör således surras i hela sin längd så att den »rör på sig» så lite som möjligt. Ett sätt att ordna



detta är att surra fast masten i en låda av tre bräder som går från bomhålet till ca 1 meter från masttoppen. Man bör dessutom förstärka med surringar från mastens eller lädans ändar till lämpliga fästpunkter på bilen resp. trailern.



Träningstips för Er som vill uppåt

När man börjar segla sin OK-jolle kan det vara en hel del problem som uppstår. Vilka problem det blir beror naturligtvis på vilken tidigare seglingserfarenhet man har, men problemfri blir ingen. Även om man varit oslagbar som Optimistsegelare får man t ex räkna med att de första åren få ordentligt på pålsen när man ger sig ut på kappseglingsbanorna – och konstigt vore det annars med den stora bredd på elitskiktet som finns bland OK-seglarna. För att trösta alla er som bara brukar se aktern på de här elitseglarna har jag försökt få lite tips av dem hur de bär sig åt att nå sina framgångar för att även andra skall få glädje av deras kunskaper. 16 stycken av landets allra bästa OK-seglare har besvarat ett frågeformulär som de fick vid en kvalsegling.

De här 16 är ju elitidrottsmän som är beredda att satsa nästan allt på seglingen och det kommer fram i alla svaren hur mycket tid och möda de lägger ned på sin idrott. Det finns ett gammalt talesätt om att »geni är 5 % inspiration och 95 % transpiration» som blir ovanligt besannat här. Trots att de träningsciffror som kommer fram är imponerande säger de ändå ingenting om tidsåtgång för båtvård, resor och tävlingar. Jag tror att uppgifterna här nedan kan vara mycket nyttiga för alla nybörjare i OK-klassen. I alla klubbar finns s k bryggsegelare, d v s smådivor med stor framgång på hemmabanorna, men måttliga framgångar på bortabanor. Ofta tränar de här seglarna ytterst måttligt (om alls) men pratar desto mer, och jag tror att det kan finnas stor risk att ung-



Att se aktern på elitseglarna är inte särskilt stimulerande, inte ens på så här nära håll
Foto: Hansen



Upptill 20 timmar i veckan måste du seglingsträna under försäsongen. Foto: Hansen

domarna tar efter de här »hjältarna». I själva verket finns bara en väg till framgång: träning, träning och träning!

Den första frågan som ställdes i formuläret var: »Under hur lång tid på året seglar du regelbundet?». Svaret kom att variera med var i Sverige seglaren bodde men det var ändå anmärkningsvärt lång tid elitseglarna låg ute på sjön regelbundet. Hälften angav 6–8 månader. Hälften angav 5 månader.

Nästa fråga som ställdes var: »Hur lång tid per vecka seglingstränar du?». Det visade sig som väntat att träningen var som intensivast före seglingssäsongen, en tredjedel tränar då mellan 12 och 20 timmar i veckan och över hälften tränar mer än 8 timmar per vecka. Under tävlingssäsongen

sjönk visserligen siffrorna men låg ändå i allmänhet på mellan 5 och 10 timmar i veckan. Under eftersäsongen från senare delen av september fram till november sjönk siffran till 4–5 timmar i veckan.

En annan fråga löd: »Beskriv hur du tränar under vintersäsongen!». Det visade sig i svaren att mer än hälften styrketränade i någon form, vanligast i form av skivstångsträning, ett par gånger i veckan. Nästan alla sysslade dessutom med konditionsträning, antingen i form av skidåkning eller löpträning en eller ett par gånger i veckan. Utöver detta sysslade många med någon form av lagidrott som ishockey, hockey-bockey eller handboll. Båtsimulator användes av ett par seglare.

I frågeformuläret frågades även efter säsongsträningen: »Bedriver du någon form av träning utöver segling under seglings-säsongen?» Det visade sig att flera enbart seglade under seglingssäsongen. De flesta bedrev dock någon form av annan träning, oftast i form av löpträning eller styrke-träning

En fråga som måste vara av stort värde för nybörjarna är hur de erfarna seglarna ser på fördelen av att seglingsträna ensamma eller tillsammans med andra. Detta belystes i två frågor. 1. »Vad anser du att en OK-seglare lär sig mest vid samträning?» och 2. »Vad anser du att en OK-seglare lär sig mest vid ensamträning?» På fråga 1 var alla elitsegelare mycket eniga och samma svar återkom i nästan alla frågeformulär. Svaret lødde: »Farttrimning, teknik, taktik samt fysisk och psykisk uthållighet.» Vad gäller värdet av att segla ensam i träningen kom det in många fina svar som man kan sammanfatta ungefär

så här: Vid ensamträning tränar man psykisk och fysisk uthållighet, rörelser vid olika manövrer i båten (d v s vad man kallar koordinationsträning) samt viss båttrimning. Om man tränar flitigt i hårdvind erhåller man även styrketräning.

Svaren på den sista frågan var så upp-lyssande att den här artikeln avslutas med en direkt citering av vad man svarade:

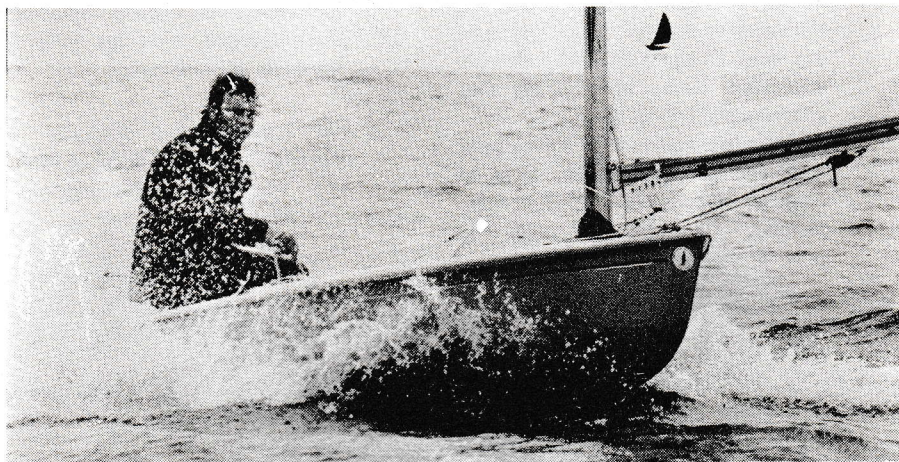
1. »Träningen blir mer individuellt anpassad — jag tränar mer intensivt på enstaka detaljer när jag är ensam.»

2. »Hängträning och trimning av jollen vad gäller andra faktorer än fart och höjd.»

3. »Snabbhet i slag och gippar samt roderkänsla och båtkänsla med allt vad det innebär.»

4. »Uthållighet! Att orka hänga långa kryssar! Teknik! Snabba stagvändningar och gippar, viss grovtrimning såsom mastjustering, i längsled för att avhjälpa lovgirighet.»

Birger Gröndabl



Vid ensamträning tränar du fysisk och psykisk utbällighet och koordination.
Foto: Hansen

Stadgar för Svenska OK-jolleförbundet

Enligt begäran på årsmötet i Stockholm publicerar vi här de »vitala» delarna av de nya stadgarna.

ÄNDAMÅL

§ 1. Förbundet har till ändamål att främja och utveckla kappsegling med OK-jollar, verka för OK-jollens utbredning i landet samt tillvarata varje OK-jolleklassens intresse.

OK Dinghy International Association är högsta beslutande organ vid frågor som rör OK-jollens byggnads- och mätregler. Högsta beslutande organ för frågor som rör övriga klassbestämmelser är Svenska OK-jolleförbundet.

MEDLEMSKAP

§ 3. Medlemskap i Förbundet kan vinnas av var och en som ställer sig Förbundets stadgar till efterrättelse och som är ägare till OK-jolle eller visat/visat aktivt intresse för OK-jolleklassens främjande.

Beslut om medlemskap för tidigare utesluten medlem skall fattas av styrelsen. Detta gäller dock ej medlemmar, vilka uteslutits med stöd av § 5 mom. 2.

§ 6. Medlem skall till Förbundet senast den 1 mars erlägga den årsavgift som fastställts av årsmöte. Är årsavgiften ej erlagd den 1 mars, erhåller medlem skriftlig anmaning och expeditonsavgift debiteras. Expeditonsavgiftens storlek bestäms av styrelsen. Är årsavgift och expeditonsavgift ej erlagda senast den 1 april samma år, uteslutes medlem ur Förbundet.

MEDLEMSSAMMANTRÄDEN

§ 11. Årsmöte skall hållas senast den 1 april å plats och tid, som bestäms av styrelsen, dels extra möten likaledes å plats och tid, som styrelsen bestämmer.

Extra möte hålles, då styrelsen där-om beslutar eller när minst 5 % av medlemmarna hos styrelsen gör gemensam skriftlig anhållan därom med uppgift om de ärenden de önskar få behandlade.

Kallelse till möten enligt ovan skall ske genom annons i »På Kryss och Till Rors», vilken skall vara införd minst 3 veckor före mötesdagen. I kallelsen skall i förekommande fall särskilt anges, att fråga enligt § 19 kommer att behandlas.

§ 13. Vid årsmöte skall följande föredragningslista alltid förekomma:

1. Val av a) ordförande och b) sekreterare för mötet.
2. Val av två justeringsmän att jämte ordföranden justera protokoll.
3. Fråga om mötets behöriga utlysande.
4. Styrelsens berättelse för det gångna verksamhetsåret.
5. Revisorns berättelse.
6. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser.
7. Kassörens redovisning av budget för följande verksamhetsår.

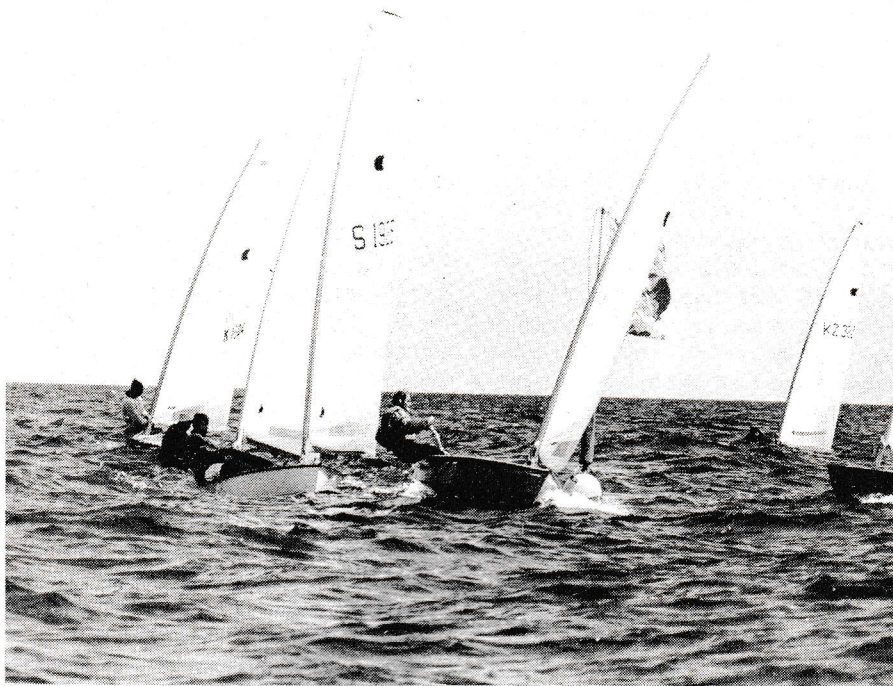
8. Fastställande av årsavgift för nästkommande räkenskapsår.
9. Fastställande av ev. ersättning till styrelseledamöter.
10. Val av styrelseledamöter enligt § 7, mom. 2.
11. Val av revisor jämte en suppleant för tiden intill nästkommande årsmöte. I detta val får styrelsens medlemmar icke delta.
12. Val av valkommitte enligt § 10.
13. Bestämmande av tid och plats för nästa års SM.

14. Övriga frågor som skriftligen inkommit till styrelsen senast 2 veckor före detsammas hållande.

- § 14. Vid extra möte skall förutom det eller de ärenden som föranlett detsammans hållande jämväl förekomma vad i § 13 angivits vid punkterna 1, 2, 3 och 14.

STADGEFRÅGOR

- § 20. Styrelsens ordförande och sekreterare är ansvariga för att ovannämnda stadgar vid behov finns tillgängliga för Förbundets medlemmar.



TÄVLA UTOMLANDS!

Vid seglingsutbyte med våra grannländer får vi ofta veta att vi seglar för lite utanför det egna landet. Svenskarna saknas ofta vid de stora internationella OK-jolletävlingarna. Kritiken är säkert befogad. Vi har mycket att lära vid tävlingar på främmande vatten och vi måste framförallt skaffa oss den rutin som är nödvändig för ett fortsatt framgångsrikt tävlande på utländska banor.

PINGO

OK-seglingar i Gamlakarleby

Förre finske mästaren i OK-jolle, Inge-
mar Björndahl har skrivit till OK-bladet
och inbjudit till tävlingar i samband med
Gamlakarleby Segelförenings 100-årsjubi-
leum. Tävlingarna pågår mellan den 21-
23/7 1972. OK-jolleklassen befinner sig
just nu under stark expansion i Finland.
Under sista året har ca 85 jollar nyre-
gistrerats. Det är de duktiga Optimist-
jolle-seglarna som nu tar över.

De svenska seglare som ställer upp i
regattan skall inte räkna med några lätt-
köpta segrar. Förutom Björndahl förfogar
arrangörsklubben över finske mästaren
-71; Vesa Rönnholm. Skickliga seglare
finns också i grannstaden Wasa.

Till Finland tar man sig lämpligast via
färjorna till Vasa från Sundsvall eller
Umeå. Givetvis kan de som är bosatta i
mellan- och sydsverige ta färjorna från
Stockholm eller Norrtälje och sedan unna
sig en intressant bilresa upp genom de
tusen sjöarnas land.

Kontakta gärna Ingemar Björndahl, Tjär-
brännaregatan 2 A 1, 67100 Gamlakarle-
by 10, Finland så skickar han inbjudan
och kan ge dig de upplysningar du behö-
ver. Han hälsar dig mycket varmt välkom-
men och de som haft tillfälle att erfara
den finske gästfriheten kan försäkra dig
att du kommer att få uppleva en under-
bart trevlig regatta.

VM-kval Danmark 1972

22-23 april	Åhus
6-7 maj	Kulding
13-14 maj	Grevestrand
27-28 maj	Kalundborg

Internationale Ostsee-Regatta

Regatta för Finn, OK, Flying Dutch-
man, Drake, 420 och havskryssare vid
Rostock-Warnemunde den 8-16/7 1972.
För anmälan och upplysningar: Interna-
tionelle Ostseeeregatta, Veranstaltungslei-
tung, 253 Rostock-Warnemunde, Yacht-
hafen, Deutsche Demokratische Republik
Tel. 23 46.

La Rochelle

IX Semaine Internationale de la Voile
seglas i La Rochelle den 20-22 maj. La
Rochelle ligger på Frankrikes västkust ca
1500 km från Hamburg. Enligt danska
OK-NYT skall där finnas »gode restauran-
ter og billig vin». Anmälan och upplys-
ningar: Société Régates Rochelaises, Port
de la Rochelle, 17 La Rochelle, France.
Danska OK-jolleförbundet avser att arran-
gera en »Faellestur» dit ned. Kontakta
gärna DANSK OK JOLLE KLUB, Kaer-
stykkevej 16, 2650 Hvidovre, Danmark,
om du vill åka med.

Kval och mästerskapsseglingar 1972

- 6– 7 maj – Marstrands Segelsällskap,
Marstrand
20–21 maj – Mönsterås Segelklubb,
Mönsterås
3– 4 juni – Varbergs Segelsällskap,
Varberg
17–18 juni – Sundsvalls Segelsällskap,
Sundsvall
8– 9 juli – Norrköpings Segelsällskap,
Arkösund
16–17 sept – Mariestads Segelsällskap

VM 1972 seglas i Marstrand under tiden
2/-6/8.

NM, årets arrangörer är Norge – prel.
9–13/8

SM seglas i Mönsterås 24–27/8.

JSM seglas i Oxelösund 30/6 samt 1–2/7.

SM -73 arrangeras av Varbergs SS.

Skol-SM går den 9–10/9 -72.

Välkommen till Oxelösund

Oxelösund som bär namn av den stormhårdiga oxeln, var redan under medeltiden känt av sjöfarare. Med början av 1200-talet utvecklades fiskebyn efterhand till en viktig lots- och fyrplats med Hävringe som utpost. Oxelösunds nutida utveckling började år 1877. Då anlades hamnen.

En betydelsefull etapp i utvecklingen blev tillkomsten av Oxelösunds Järnverk, som anlades i början av 1910-talet. Oxelösund som var municipalsamhälle åren 1900–1950 blev stad år 1950. För seglare och andra sjöfarare är staden idealisk,

med sin närhet till öppet hav och en mängd öar tillgängliga som utflyktsmål i den storslagna skärgården. För jolleseglare har en stor uppläggningsplats iordninggjorts. Uppläggningsplatsen ligger centralt och med bara 5 minuters väg till centrum.

Sammanlagt 5 seglingar avses äga rum. Av dessa 5 seglingar skall en borträknas.

Poängberäkning

Enligt SÄTRES system

Regler

Seglingarna äger rum i enlighet med Internationella kappseglingsreglerna med av Svenska Seglarförbundets gjorda ändringar samt dessa seglingars särskilda instruktioner.

Inkvartering

Kollektivt i Gymnastiksal, medtag luftmadrass och sovsäck.

Anmälan

Skriftlig anmälan till Björn Österblom, Styrbordsvägen 19, 613 00 Oxelösund. Startavgiften 40:– insättes på postgiro 164474-9.

Anmälningstiden

Utgår 10 juni.

Mätbrev

Giltigt mätbrev skall uppvisas.

Upplysningar

Björn Österblom 0155/34063 efter kl 17.

Fredag 30/6

Första start kl 12.00 Andra start kl K

Lördag 1/7

Första start kl 10.00 Andra start kl K

Söndag 2/7

Första start kl 10.00 Event. reservsegling

Arkösund

VM-kval den 8-9 juli -72.

Anmälan till: Norrköpings SS, c/o Kid-Åke Angland, Granvägen 3, 605 90 Norrköping 1. Tel. 011/40392 e. kl. 17.00.
Senaste anm.dag: 27/6 -72.

Sundsvall

VM-kval den 17-18/7 -72.

Anmälan till: Sundsvalls SS, c/o Axel Lindberg, Box 223, 860 24 Alnö.
Senaste anm.dag: 5/6 -72.

SUNDSVALL

VM-kval den 17-18/7 -72

Anmälan på bif. blankett till: Sundsvalls SS, c/o Axel Lindberg, Box 223, 860 24 Alnö.

Senaste anm.dag: 5/6 -72

Anm.avg. 35:-

Måltider:

Vindhem: Frukost 10:-

Middag: 17:50

Tranviken, 5 km:

Frukost: 5:- Middag: 10:-

Mariestad

Kvalificeringstävling för 1973 års NM och VM arrangeras den 16-17 september 1972 utanför Strandbaden i Mariestad av Mariestads SS. Första start lördag den 16:e kl 11.00. Möjligheter finnes att hyra 4-mans campinghytter.

Anmälan senast den 9 september till Mariestads SS, c/o Arne Johansson, Sommarvägen 12, 542 00 Mariestad. Tel. 0501/14200. Särskild inbjudan utdelas i samband med sommarens kval-seglingar.

KIELER WOCHE

3 - 10 juni 1972. Sista anm.dag::29/4

Anm.avg.: DM 75:- Anm.adress:

Kieler Yacht-Club

23 Kiel

Hindenburgufer 70

Västtyskland

TYSKA MÄSTERSKAPEN

Öppet internationellt mästerskap arrangeras av Plöner Segler-Verein den 15 - 20/7 på Plönersjön belägen mellan Kiel och Lübeck.

ÖVRIGA VIKTIGA TYSKA TÄVLINGAR

- 22 - 23/4 Einhandregatta Mühlenbergerloch, Hamburg
- 27 - 28/5 Schwerpunkregatta Flensburger Förde
- 11 - 13/8 Regatta Starnberger See, München
- 16 - 17/9 Silberne OK-Jolle Kieler Förde
- 21 - 22/10 Schwerpunkregatta Halterner See (i Nordrhein-Westfalen)

TÄVLINGSREKOMMENDATIONER

I det följande återges innehållet i det PM som vi i fortsättningen kommer att sända ut till arrangörer av »storseglingar» (kval., SM o.s.v.).

Vi vill understryka att det i vissa avseenden är rekommendationer som av olika skäl kanske inte alltid kan tillämpas i sin helhet. OK-seglarna bör därför liksom tidigare före start nogta studera vid varje tillfälle föreliggande seglingsföreskrifter m.m.

Skulle det av den rapport som vederbörande seglingsarrangör kommer att tillställa oss framgå att avvikelserna på väsentliga punkter blivit alltför stora kommer vi att ta seglingens giltighet exempelvis som kval.segling under övervägande. Om en segling härvid skulle ogiltigförklaras kommer berörda seglare givetvis snarast att underrättas.

OK-jolleförbundet
Styrelsen

PM för arrangörer av »storseglingar» för OK-jollar – regler och rekommendationer

1. Allmänna bestämmelser

Seglingarna skall äga rum enligt IYRU:s kappseglingsregler med Skandinaviska och Svenska Seglarförbundens tillägg. Svenska OK-jolleförbundets tillägg och bestämmelser enligt nedan bör därtill gälla.

2. Anmälningsavgift

skall vara erlagd före första start.

3. Mätbrev

Giltigt mätbrev skall uppvisas före första start.

4. Segelnummer

skall överensstämma med i anmälan angivet nummer.

5. Vindstyrka

Segling skall ej startas vid en vindstyrka av 13 m/sek eller däröver. Om vindstyrkan under seglingens gång ökar till 15 m/sek och däröver skall seglingen avbrytas, såvida inte ledande båt befinner sig i närheten av mållinjen. (Vindstyrkan bör mätas 3 m över vattenytan.) Andra

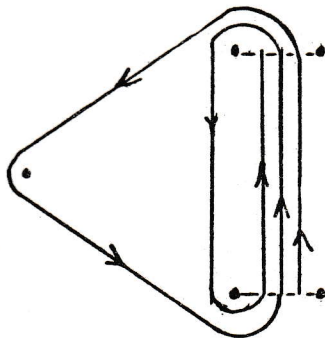
faktorer (ex grov sjö, åskväder m m) som kan inverka på seglingarnas säkerhet må givetvis även beaktas.

6. Anmälan före start

bör ske i varje delsegling genom att vederbörande seglar utefter startfartyget så att seglingsnämnden kan anteckna nummer.

7. Banan

skall vara olympisk »typ Neapel» med liksidig triangel – ca 8 distansminuter – se skiss nedan. *Banas kan ej avkortas.*



8. *Start- och mållinje*

Startlinjen begränsas av två flaggbojor varav den ena bör ligga minst 15 meter från startfartyget, som har bojarna på sin babordssida. Längd: antal båtar x 3 meter. I princip skall startlinjen vara vinkelrät mot vindriktningen. Mållinjen, som även begränsas av två flaggbojor varav den ena under seglingarna utgjort kryssmärket, bör vara något kortare än startlinjen. Målfartyget har bojarna på sin babordssida (den närmaste bojen på ett avstånd av minst 15 meter).

9. *Vägvisarbåt*

bör på ett avstånd av ett halvt banben gå före ledande båt under hela seglingen, då så sker skall den om möjligt gå *raka vägen* mot resp. märke. Vägvisarbåten bör visa orange flagga eller annan tydlig markering (om vägvisarbåt av någon anledning råkar gå fel kurs kan detta ej tas som skäl till att ogiltigförklara seglingen).

10. *Enskild återkallelse*

meddelas genom långa ljudsignaler och hissande av flagga 0 på startfartyget – för tidigt startande anropas ej. Flagg 0 nedhalas när den/de återkallade startat om på rätt sätt eller eljest efter 10 minuter. Om vederbörande ej återvänder blir diskvalifikation följden.

11. *Flyttning av kryssmärke*

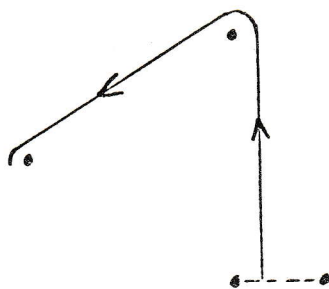
Skulle vindriktningen vrida väsentligt bör kryssmärket flyttas före 2:a och/eller 3:e kryssbenet. Vid vindvridning över 45° avbrytes seglingen. Flyttningen markeras vid lämärket genom att en grön flagga

fästes på detsamma
Ifrågavarande flaggmarkering sker *i god tid* innan första båt rundar lämärket. *Kryssmärket får ej flyttas under pågående kryssben!*

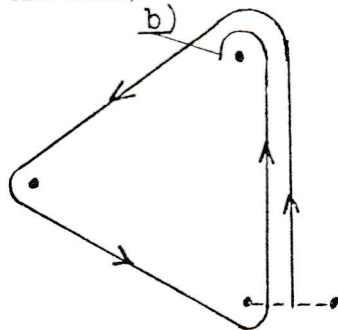
12. *Avbrytande av seglingen (max.tid)*

Seglingen skall avbrytas och således ogiltigförklaras

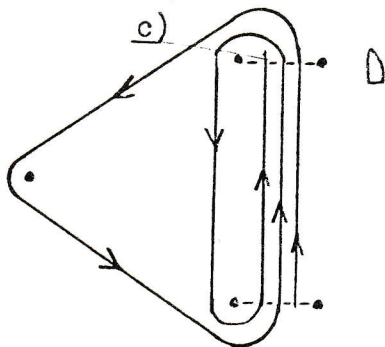
a) om första båt ej rundat slörmärket inom 1 tim och 10 min från start (jfr skiss nedan).



b) om första båt ej rundat kryssmärket för andra gången inom 2 tim och 20 min från start (jfr skiss nedan).



- c) om första båt ej går i mål inom 3 tim och 30 min från start (jfr skiss nedan).



Båt som ej gått i mål inom 1 timma efter det första båt gått i mål skall anses ha utgått.

13. *Rundningskontroll*
bör ordnas för att iakttaga om alla rundar rätt samt att grova regelbrott ej begås utan protest. Protestförhandling skall dock hållas enligt kappseglingsreglerna.
14. *Poängberäkning*
bör ske enligt platsiffermetoden med Sätres särskiljningssystem.
15. *Protest*
förhandsmeddelas till målfartyg vid målgång genom uppvisande av reglementsenlig protestflagga. Protest skall vara skriftlig, vilken inlämnas till seglingsnämnden senast en timma efter normal ankomst till slip. Protestförfarande sker enligt kappseglingsreglerna (se regelbokens PM). Protestavgift bör ej uttagas.
16. *Flytväst*
skall alltid vara påtagen under kappsegling även om vätdräkt användes.

17. *Säkerhetsutrustning*

OK-jollen skall var försedd med 6 mm 8 m lång fånglina som skall vara kraftigt fastsatt i stäv. Paddel skall finnas ombord. Jollen skall vara korrekt vad avser flytsäkerhet.

Utöver vad i det föregående angivits betr. »storseglingar» gäller för:

KVAL.S EGLINGAR:

Antal seglingar

Minst fyra seglingar skall arrangeras varav tre räknas i sammanlagda resultatlistan. *Tre genomförda seglingar är ett minimum – i så fall räknas samtliga.*

Kontrollmätning

Seglingsnämnden kan i samråd med Svenska OK-jolleförbundet bestämma om och i vilken omfattning kontrollmätning skall verkställas. Kontrollmätning må ej ske efter det att tävlingarna påbörjats utan att protest föreligger eller seglingsnämnden funnit kontrollmätning erforderlig av särskilt påkallade skäl.

Utländsk medborgare

äger rätt att delta men deras placeringar räknas givetvis bort i varje delsegling varigenom den sammanlagda resultatlistan, som skall ligga till grund för rankingsammanställningen, således endast omfattar svenskar.

SM-S EGLINGAR:

Speciella tilläggsbestämmelser som tillställas vederbörande arrangör via OK-förbundets kansli.

Bestämmelser för tävling om svenskt mästerskap i OK-jollesegling.

Allmänt

Tävling om svenskt mästerskap (SM) i OK-jollesegling anordnas årligen. Tävingen skall arrangeras av till Svenska Seglarförbundet (SSF) anslutet förbundssällskap i samråd med Svenska OK-jolleförbundet och enligt nedanstående av SSF godkända bestämmelser.

Förbundssällskap som önskar stå som arrangör har att skriftligen ansöka härom hos OK-förbundets styrelse senast tolv månader före planerad tävlingstidpunkt — OK-förbundets styrelse inhämtar härefter SSF:s sanktion av tid och plats.

Inbjudan till SM-tävlingen — inkl. annons i Riksidrottsförbundets (RF:s) officiella kungörelseorgan (Svensk Idrott) på sätt som föreskrives i RF:s statuter — utfärdas av det sällskap som erhållit SSF:s uppdrag enligt ovan att anordna tävlingen.

Deltagare — vissa förutsättningar för att tävlingen skall gälla SM.

Rorsman skall vara svensk medborgare och uppfylla följande krav för att få delta:

- a) vara medlem av sällskap eller förening anslutet till Svenska Seglarförbundet.
- b) ha kvalificerat sig för deltagande därest Svenska OK-jolleförbundet beslutat om kvalificering.

Den som varit stadigvarande bosatt i Sverige sedan minst två år men som ej är svensk medborgare, må utan hinder härav delta (vad under punkt a och b angivits skall dock givetvis uppfyllas).

För att en tävling skall kunna räknas som SM-tävling fordras att till densamma minst 40 deltagare anmält sig varav minsta antalet startande skall vara 30.

Kontrollmätning

Deltagande jolle skall för kontrollmätning före SM-tävlingarna finnas tillgänglig vid samlingsplats och på tid som skall vara angiven i inbjudan till tävlingen.

Mätningen skall som minimum omfatta:

- a) Skrovets vikt (endast en jolle får användas.
- b) Mast (vikt, balans, mätmarke)
- c) Bom (bredd, längd, mätmarke)
- d) Segel (erforderliga mättkontroller och märkning). Endast ett segel får användas — deltagare som skörar sådant segel äger dock efter kontrollmätning rätt att använda annat vilket skall märkas så att det tydligt framgår att seglet ersätter ett tidigare inmätt.

OK-förbundet kan härutöver i samråd med vederbörande arrangör bestämma om och i vilken omfattning även andra kontrollåtgärder skall verkställas.

Tävlingsregler

Tävlingen skall äga rum enligt vad som angivits i OK-förbundets »PM för arrangörer av 'storseglingar' för OK-jollar — regler och regler och rekommendationer». (Bilägges)

Antal seglingar

Minst 5 seglingar (max 2 per dag) skall arrangeras varav 4 räknas i sammanlagda resultatlistan.

4 genomförda seglingar är ett minimum — i så fall räknas samtliga.

Ovan som minimum angivna 5 arrangerade seglingar kan efter samråd vederbörande arrangör — OK-förbundet utsträckas till 6 eller 7 seglingar, varav 1 frånräknas i sammanlagda resultatlistan. Av inbjudan till SM-tävlingen skall med angivande av tävlingsdagar framgå hur många seglingar man har för avsikt att arrangera.

Mästerskapstecken

Slutsegraren i tävlingen tilldelas Sveriges Riksidrottsförbunds SM-tecken.

Tävlingsprotokoll

Protokoll över SM-tävlingen skall inom en vecka efter tävlingens slut i två ex insändas till OK-förbundet som efter vederbörlig kontroll vidarebefordrar ett ex till Svenska Seglarförbundet.

Tolkning m.m.

Twistigheter rörande tolkningen eller tillämpningen av dessa SM-bestämmelser skall hänskjutas till avgörande av Svenska Seglarförbundet.

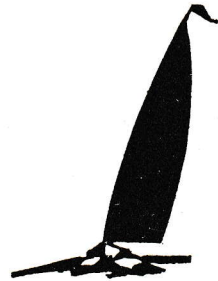
Giltighetstid

Dessa bestämmelser gäller fr.o.m. 1972 och tills vidare.

SVENSKA OK-JOLLEFÖRBUNDET

De bästa resultaten i internationella seglingar

uppnås med JOLLAR och MASTER
från



HENRIKSENS JOLLEVÆRFT

BREDBALLE · 7100 VEJLE · DANMARK · Tel. (05) 85 55 11, 85 53 21

OK-JOLLE komplett utan segel	D. kr 5.180:-	fritt varv
OK-JOLLE skrov med glasfiberdäck monterat	D. kr 2.700:-	fritt varv
MAST T/OK-JOLLE u/beslag	D. kr 650:-	fritt varv
BOM T/OK-JOLLE u/beslag	D. kr 200:-	fritt varv

Kontaktman

Östra Sverige: Sten Hjertman, Nybrogatan 48, 852 35 Sundsvall tel. 060/158440

Västra Sverige: Peter Aebelöe, Tättingegatan 12, 421 69 V Frölunda tel. 031/294932

(Sten Hjertman kommer dessutom under sommarens större seglingar att ha roder, centerbord, beslag m.m. i reserv till försäljning.)

Kappsegla på annat sätt

De flesta av våra seglingar går nu på olympiabanor. Vi är väl ganska överens om att denna bantyp ger goda och utslagsgivande seglingar, åtminstone vid stabil vindriktning. Men det kan väl vara trevligt att någon gång – vid t ex en tränings-, propaganda- eller klubbsegling – pröva något annat »på kul». Här är ett par förslag.

24-timmarssegling (el. 12- el. 8-timmars)
Kort triangelbana, start på vanligt sätt. De tävlande bildar tvåmannalag. Lagets två medlemmar seglar båten omväxlande och går in till brygga vid rorsmansbyte. Längsta pass för en man maximeras till 2 tim. vid 24-timmarssegling 9kortare pass vid 12- och 8-timmars). Det gäller att hinna segla så lång sträcka som möjligt (= största antalet banvarv) inom tidsgränsen.

Det svenska VM-laget till Nya Zeeland fick tillfälle att bevittna en sådan här 24-timmarssegling på en liten insjö. Den utvecklade sig på ett mycket spännande sätt och lockade stor och intresserad publik. Under kvällen hängdes fotogenlyktor på rundningsmärkena och varje båt hade en kraftig ficklampa fastsurrad vid masten. Natten var becksvart och det hela såg mycket trolskt ut.

Stafettsegling

Varje lag utgöres av ett antl OK-jollar, gärna uppblandade med andra båttyper. Huvudsaken är att varje lag är lika hopsatt. Vi har t o m prövat att ha en OSCAR-båt i varje lag. Dessa hade då »startsträckan» och startade på olika tider beroende på handikappet för sträckan. Har man olika

båttyper i stafettlaget kan banorna mycket väl vara olika långa, kortast t.ex. för Optimistjollarna. »Stafetten» kan bestå av en fender som måste överräckas och ej får kastas.

Pröva och lycka till!

S.M.



OK-TRÖJA med trycket i 3 färger.
Storlekar 3, 4 och 5. 20 kr + porto.

OK-MÄRKEN, självhäftande, diam.
13 cm, 3 kr. 9 cm, 2 kr.
Tygmärken (fäster på alla plagg)
Plastmärken (för bilen, båten m.m.)

Bengt Öhrn, Ryttmästarevägen 41,
162 24 Vällingby
Tel. 08/36 56 95

Rörlighetsprogram

Samtliga tämningsövningar utföres mjukt och rytmiskt!!! Uppvärmningsprogram innan, ca 3 min.

1. Ett ben vilar i höfthöjd på bord, ribba e.dyl. Håll i benet och böj bålen neråt. Benet hålles rakt hela tiden. 10 mjuka tämningsövningar. Byt ben.
2. Samma utgångsställning som ovan men *böjt* knä. 10 tämningsövningar i höftleden. Håll kroppen lodrätt. (Ingen framåtböjning!) Byt ben.
3. Knäsittande med raka vrister, händerna i golvet bakom fötterna. Låt bålen sakta sjunka ned mot golvet, bromsa med armarna. 5 små tämningsövningar i ytterläge. Långsam upprensning med hjälp av armarna. Upprepas 3 gånger.
4. Stå på tå med händerna i golvet. Vinkel i höfterna ca 90°. Gunga bakåt och pressa hälar mot golvet. 10 tämningsövningar.
5. Stå med fötterna något isär, armarna utefter sidan. Sidoböjning med 3 eftertämningsövningar. Slappna av i nacken, »tappa huvudet». 3 gånger åt varje sida.
6. Stående med fötterna något isär. Armarna i axelhöjd på samma sida. Armsvängning från sida till sida med eftertämningsövning. (Se på den »bakre» handen!) 5 gånger åt varje sida.
7. Sitt med benen isär och fotsulorna mot varandra. Ta i vristerna och böj bålen framåt. 10 tämningsövningar. (Böj även huvudet framåt-neråt)

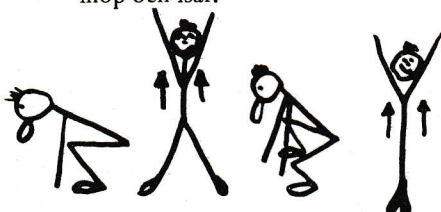


Cirkelträningsprogram I

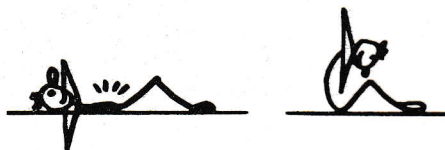
Några minuters uppvärmning innan (löping, jogging på stället, »skidåkning», »indiångång» o s v).

Rörelser:

1. Utgångsställning: *Stående med böjda ben, händerna i golvet.* Höga hopp med sträckta armar och ben. Nedhoppet omväxlande med benen ihop och isär.



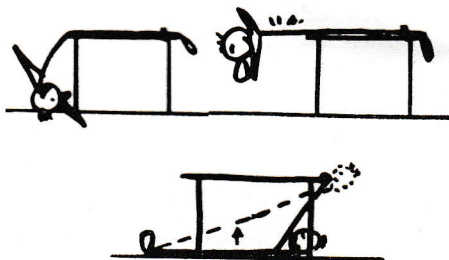
2. Utgångsställning: *Liggande på rygg med böjda knän och fötterna i golvet, händerna knäppta i nacken.* Fixera fötterna (element, ribbstol, medhjälpare). Uppresning till sittande. Vrid bålen under uppresningen till vänster, höger resp. framåt. Obs. att vid *nedrullningen* skall huvudet komma ner *sist*.



3. Utgångsställning: *Liggande på magen, underbenen vilande på pall e.dyl., raka armar.* Armböjning och sträckning. Rak rygg! !



4. Utgångsställning: *Liggande på magen på bord e.dyl., kanten i höft-höjd, fixerade fötter (rem).* Ligg helt avslappnad med nedåtböjd rygg, händerna knäppta i nacken. Uppresning till *HORISONTELLT* läge och tillbaka.



5. Armhävningar. (Räck, bordskant e. dyl.) I liggande ställning kan bordskant med fördel användas. (Se bilden ovan)

Cirkelträning II

Träningsprogram:

Börja med *TEST*. Varje rörelse utförs max. antal gånger i följd. Orkar Du utföra en rörelse längre än 1 minut med max. intensitet så räknas antalet gånger per minut som max. Vila 2–5 min. mellan varje rörelse. Dina resultat för varje rörelse skrivs ner under *TEST* på nedanstående träningschema. Halva max.-antalet fylls i under *DOS*, det är träningsdosen.

I varje träningspass utförs *samtliga rörelser 3 varv*. Den sammanlagda tiden noteras vid varje träningstillfälle under *TID*. Träningsprogrammet utförs ca 6 gånger t ex 3 gånger per vecka. Sedan göres nytt max. test *under samma förhållanden* som första max. testen.



Vid hårdvindssegling som den här visar det sig vilka som skött konditions- och styrke-
träningen rätt.

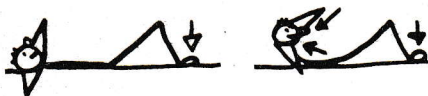
	A	A	B	B	C	C	D	D		A	B	C
Övning nr	Test	Dos	Test	Dos	Test	Dos	Test	Dos	Tränings- tillfälle nr	Tid	Tid	Tid
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												

Muskelstyrketräning

1. *Uppvärmning 3–4 min.:* jogging, indiångång, »skidåkning på stället» o. likn.

För varje övning nedan är lämplig hålltid 5–8 sek. med 5–10 sek. paus mellan varje kontraktion, upprepas 5–10 ggr.

2. *Bukmuskelträning:* Ryggliggande med böjda ben, fixerade fötter (ex. element, medhjälpare), händerna knäppta i nacken, upprensning med axelpartiet 10–20 cm över golvet. Svårighetsgraden ökas genom att lägga motstånd.



3. *Knästräckning:* Sittande på stol, hela låret vilande mot underlaget, knä böjt ca 45°, foten fixerad under låda, stol, skåp eller dylikt. Tryck foten uppåt med maximal ansträngning. Fixera bålen genom att hålla i stolkanten med händerna. Träna ett ben i taget.



4. *Uppåtböjning av foten:* Sittande med låret vilande mot underlaget. Fixera fötterna med ca 90° böjning i knä och fotleder under element eller liknande fast föremål alternativt genom att låta medhjälpare stå på fötterna.



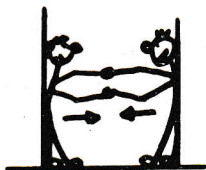
5. *Ryggmuskler:* Liggande på mage med raka ben. Fixera fötterna under skåp eller dylikt. Fixera armarna i framsträckt läge alternativt låt medhjälpare fixera över skulderpartiet. Tryck med maximal kraft mot motstånden utan att böja upp ryggen över horisontalplanet.



6. *Arm-skulderträning:* a) Höger arm i sträckt läge snett framför kroppen. Vänster arm lätt böjd, håll överarmen intill bålen. Tryck handflatorna mot varandra med maximal kraft. Växla.



b) Alternativ övning om personer tränar tillsammans: Stående mitt emot varandra i dörröppning, armar böjda, händerna i axelhöjd, vrid ej armbågarna utåt. Pressa maximalt med handflatorna mot varandra.



7. *Handgrepp*: Krama kraftigt kring ett hårt föremål såsom hantel, stolsben eller dylikt.

8. *Nacke*: a) Stående eller sittande mot vägg. Pressa huvudet bakåt maximalt.

b) Sittande med huvudet i händerna, armbågarna stödda mot bordet, pressa hakan mot handflatorna.



9. *»Seglarställning»*: a) Fixera fötterna under skåp eller dylikt. Medhjälpare lägger tryck bakåt mot axlarna, grenstående över den tränande. Vridning åt vänster och höger med alternerande tryck.

b) Alternativ övning är att hålla skivstång i axelhöjd framför bröstet med tyngder så att hålltiden kan bli 5–15 minuter (bok, musik eller dylikt för att fördriva tiden). Små rörelser med bälen i olika plan så

att olika lägen intas. Övningen försvåras genom att sitta på bakåtlutande plan (se bild) eller ökning av tyngderna.

10. *Uppmjukning* 1–2 min. såsom lätt jogging, indiangång, skidåkning på stället m.m.

11. *Avspänningsövning*: Liggande på rygg med raka ben, pressa ner svanken mot golvet. Håll i ca 5–10 sek. – slappna av. Upprepa ca 5 ggr.



LYCKA TILL!

OK-filmen

kan fortfarande lånas *helt gratis* mot endast portokostnaden.

Ring eller skriv kansliet !

Glöm ej

När Du säljer Din OK-jolle meddela förbundskansliet namn och adress på den nye ägaren.

Om Du ej önskar kvarstå som medlem i förbundet, var vänlig meddela detta !

VAD FÅR JAG FÖR MIN MEDLEMSAVGIFT ?

Ja, vart tar avgiften till Svenska OK-jolleförbundet vägen? Förbundets verksamhet kostar givetvis stora slantar. Den stora fasta kostnaden är kansliet som helt finansierar sig självt genom intäkter från ny- och om-registreringar, försäljning av blazermärken, klubbålar m.m. samt genom bidrag från Svenska Seglarförbundet.

Din medlemsavgift går delvis (2 shilling) till vårt internationella förbund dels till OK-bladet och till tävlings- och träningsverksamhet. Då kostnader för kansli, styrelse och OK-blad är relativt fasta kostnader, ökar de disponibla medlen för tävlings- och tränings-verksamhet mycket kraftigt om antal medlemmar i förbundet ökar.

VÄRVA NYA MEDLEMMAR !

Enligt förslag på årsmötet, har styrelsen beslutat betala var och en som värvat en ny medlem i OK-jolleförbundet fem kronor per värvat medlem. Värva föräldrar, syskon, släktingar och kompisar med eller utan OK-jolle. Så här skall du göra: Fyll i namn, adress, telefon- och födelsennummer på den du värvat på bilagda blankett, och sänd in den till förbundet. Kansliet sänder då medlemskort och OK-blad mot postförskott och under förutsättning av att den nye medlemmen löser ut det, betalar vi dig en femma. Lättförtjänta pengar eller hur!

FOTOGRAFIET

på vidstående sida är, liksom övriga i detta OK-blad, tagna av fotografen Henrik Hansen, Kærstykkevej 16, DK-2650 Hvidovre, Danmark. Från honom kan de beställas i format 18 x 24 cm för 10 D.kr. inkl. porto.

Glöm ej

När Du säljer Din OK-jolle meddela förbundskansliet namn och adress på den nye ägaren.
Om Du ej önskar kvarstå som medlem i förbundet, var vänlig meddela detta!

Vid kontroll av mätbrev finner vi att många inte har omregistrerat sina båtar och vill därför påminna om att endast mätbrev utfärdat på ägaren är giltigt.

ÅRSMÖTE

hålls nästa gång i Göteborg i samband med båtmässan.

Det träningsläger för nya OK-ägare som vi planerat i vår har av ekonomiska skäl måst skjutas på framtiden. Vi hänvisar i stället till respektive distriktsseglarförbund och klubbar.

EFTERLYSNING !

Marstrands SS efterlyser OK-jollar för utlåning till VM-deltagare från avlägsna världsdelar.

Vill Du låna ut Din jolle så skriv till Marstrands SS, Leif Josefsson
440 30 Marstrand.

Följande uppgifter skall anges:

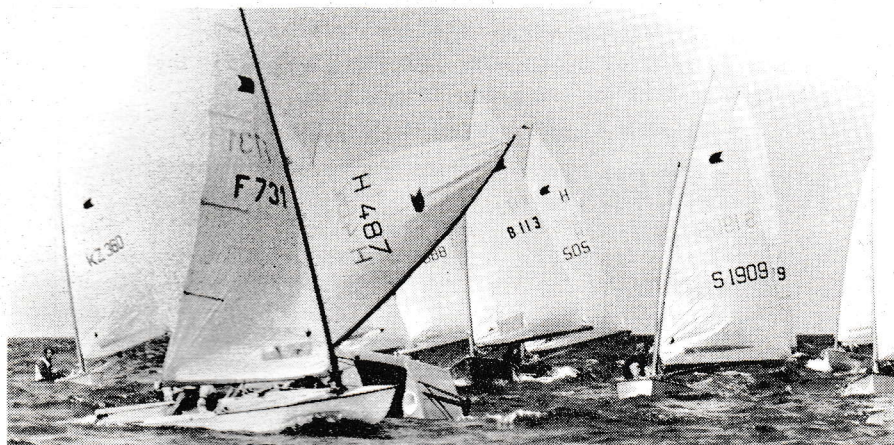
	nr	Tillverkare	Tillverkningsår
OK-jolle			
Segel			
Segel			
Mast			

Försäkring ja/nej.

Namn _____

Adress _____

Tel. _____



BRUDER RAUDASCHL

– en kombination för den som siktar på toppresultat

Världsmästerskapet i OK-jolle 1971 vanns med Raudaschlsegel från Österrike – ett definitivt genombrott för ett kvalitetssegel!

1 år har 10 svenskar haft BRUDER-RAUDASCHL-kombinationen och gjort mängder av fina resultat – eller vad säger Du om bl a.

2:a plats i Kielerwoche

5:e plats på VM (tillika juniorvärldsmästare)

1:a plats på NM

3:e plats på SM

Vi tror att största hemligheten ligger i Brudermasten. Joerg Bruder (mastkonstruktören och tillika världsmästare i finnjolle 1970 och 1971) har själv sagt att Brudermastens konstruktion med *»vipptopp»* passar utmärkt till ett finnjollesegel men ännu bättre till ett OK-jollesegel som har en förhållandevis bredare topp.

Vår kombination är färdigtrimmad och uppger Du bara Din vikt och längd så väljer vi ut den rätta masten.

Ett första steg mot toppresultat 1972 är en beställning hos oss

Senaste BRUDER-RAUDASCHL-nytt:

1:a och 2:a plats på Starbåts-VM vid Caracas i mars -72. Ett ytterligare bevis på vår internationellt höga klass.

– VILKEN KLASS – KOM IGEN GUBBAR!

KB MERKO

c/o Arne Åkerson

Björkgatan 7

811 00 SANDVIKEN

Tel. 026/27 08 68 (eft. kl. 17.30)

Pris: BRUDER-mast inklusive fall och samtliga beslag, 750:– exkl. moms. RAUDASCHL-segel inklusive fönster, nummer och lator, 630:– exkl. moms.

Önskas köpa

Annonserna under »Till Salu» och »Önskas Köpa» är helt gratis för OK-jolleförbundets medlemmar.

OK-jolle
i gott skick
Pris ca 2.000:—
Harry Gröhn
Rönnebergsgatan 4 E
723 46 Västerås
Tel 021/18 73 42

Marinex-mast
300 — 700:—
Anders Tengstrand
Reagatan 14
723 48 Västerås
Tel. 021/13 98 42

Rigg
Mast, bom och segel
Marinex eller Elvström
Hans Hedenstedt
Bang 8
139 32 Södertälje
Tel. 0755/64400

OK-jollar
i prisklass 2—2.500:—
Rickard Dingfors
Tel. 0173/116 92
eller 123 29

Registrering av OK-jolle

En synnerligen viktig detalj vid köp av ny OK-jolle är *mätbrevet* och *registreringskostnaden*. Som bekant skall varje kappseglande OK-jolle ha mätbrev. I detta finnes uppgivet ett registreringsnummer, som är detsamma som båtens segelnummer. På begäran erhålles detta nummer hos Svenska OK-jolleförbundet, som då alltid samtidigt sänder ritning, bestämmelser och mätbrevsformulär. Detta sker per postförskott och avgiften är 35:— kr plus porto — 20:— kr för ritning och 15:— kr registreringsavgift. Om ägaren till den nya båten ej är medlem i Sv. OK-jolleförbundet sändes separat även ett medlemskort — medlemsavgiften är f.n. 20:— kr/år.

Vid beställning av en ny båt eller köper begagnat skall man alltid komma överens med tillverkaren/säljaren om vem som skall stå för registrerings-, mätkostnaden eller kostnaden för omregistrering.

OK-jolle
Helst Marinex
Pris ca 3.000:—
Folke Becker
Åsgatan 8 A
724 63 Västerås
Tel 021/14 89 15

Till salu

OK-rigg
Mast -69, Henriksen standard
Segel -67, Elvström, bom
Segel -69, Elvström
Högstbjudande
Bengt Sandman
Heimdalsvägen 10
149 00 Nynäshamn

OK 1906
med två st kompletta riggar.
Billigt
Björn Österblom
Tel. 0155/34063

Trailer
El-bromsar. Passar för såväl
en som två OK-jollar.
Leif Persson
Stekastigen 16
Agnesberg
Göteborg
Tel. 031/30 54 79

OK S 2116
Hans-Aage Larsen -70
Rigg: Bruder-Raudaschl -71
Använd 1/2 säsong
Per Helgesson
Ryds Alle 17:107
Linköping
Tel. 013/100886 eft. kl 18.00



Jolleseglare Vattenskidåkare Vi har våtdräkten som håller Dig varm!

En tippning behöver inte vara någon katastrof om Du har en våtdräkt som håller Dig varm. Och Du kan dessutom ägna Dig åt ännu en hobby – sportdykning! Dräkterna är gjorda i smidigt neoprengummi med nylonväv på insidan. Finns i alla storlekar för såväl herr som dam och med långa eller korta ärmor och ben.



AB VATTENSKIDSPECIALISTEN

Erstagatan 22, 116 36 Stockholm. Tel. 08/44 00 00

SEGEL

MARINEX

Box 13
440 30 Marstrand
Tel. 0303/600 55

MASTER

LJ-Snickeri

Leif Josefsson
440 30 Marstrand
Tel. 0303/606 22, 605 48

Leveranstid för segel: 3 månader efter order
» » master: 6 » » »