

Svenska OK-jolleförbundet

ORDFÖRANDE: Mats Caap, St Larsgatan 31, 582 24 Linköping, 013-132186
V.ORDF.: Mats Hägglund, Södermalmsgatan 14, 852 35 Sundsvall, 060-170660
SEKRETERARE: Tomas Allansson, Kråkrisvägen 28 C, 591 34 Motala, 0141-55731
KASSÖR: Håkan Larsson, Mölndalsvägen 43, 412 63 Göteborg, 031-404442
LEDAMOT: Mats Lindberg, Skeppsbrogatan 15 D, 951 35 Luleå, 0920-14319
SUPPLEANT: Jan Morén, Lådspikaregatan 2, 416 80 Göteborg, 031-255100

KANSLI: SVENSKA OK-JOLLEFÖRBUNDET

c/o Tomas Allansson
Kråkrisvägen 28 C
591 34 Motala

031-921270
POSTGIRO: 440420-8

Tfn: 0141-557 31, 255 66

KLASSTRÄNARE: Jonas Bergström, Bondegatan 71 B, 116 52 Stockholm, 08-446883

DISTRIKSKONTAKTMÄN:

Blekinge: Bo-Staffan Andersson, Möllebacksgatan 17, 372 00 Ronneby, 0457-12039
Bohuslän/Dal: Håkan Lyrheden, Vattenverksvägen 26, 453 00 Lysekil, 0523-10777
Dalarna: Börje Argenius, Orrvägen 4, 792 00 Mora, 0250-14596
Gotland: Bengt Juhlin, Södervärnsgatan 34, 612 00 Visby, 0498-17673
Gästrikland: Sandvikens Segelsällskap, Västerled 142 A, 811 50 Sandviken, 026-270873
Göteborg: Stefan Jaenson, Västra Palmgrensgatan 91, 421 77 V Frölunda, 031-293596
Halland: Hans Peter Hylander, Träslövsvägen 16, 432 00 Varberg, 0340-85620
Medelpad/Ångermanland: Mats Hägglund, Södermalmsgatan 14, 852 35 Sundsvall, 060-170660
Norrbotten: Kjell Nyström, Bredviksvägen 7, 951 63 Luleå, 0920-21094
Skåne: Karl-Erik Peters, Bondevägen 25, 222 38 Lund, 046-141935
Småland: Åke Boqvist, Folkparksvägen 13, 593 00 Västervik, 0490-30547
Stockholm: Ludvig Moberg, Auravägen 15, 182 64 Djursholm, 08-7551208
Södermanland: Bengt Henriksson, Förvaltarvägen 18, 151 47 Södertälje, 0755-88473
Värmland: Sverker Carlsson, Enstigen 11, 681 00 Kristinehamn, 0550-80133
Västerbotten: Michael Burman, Hotellvägen 25, 932 00 Skelleftehamn, 0910-31991
Västergötland: Helen Carlsson, Furuvägen 3, 441 40 Alingsås, 0322-17482
Västmanland: Bo-Göran Andersson, Slagfjädersgatan 2, 732 28 Västerås, 021-142262
Uppland: Kjell Ekström, Svartbäcksgatan 74 A, 753 33 Uppsala, 018-114143
Östergötland/Närke: Mats Caap, St Larsgatan 31, 582 24 Linköping, 013-132186
Danmark: Björn Westergaard, Forhåbningsholmsalle 5, 2th., DK-1904 København, 01-229494

HEDERSMEDLEMMAR: Nils-Erik Melinder, Göran Andersson, Sven Hornevall, Sven Olsson, Stig Gilborne tillika hedersordf., Stig och Ingrid Caap, Bengt Wrangel, Sten Marklund, Margareta Oljelund, Eystein Stig, Morgan Eliasson, Bengt Daring, Ingvar Bengtson, Lars-Erik Carlson.

STÄNDIGA MEDLEMMAR: Bernt-Olof Jalkner, Thomas Berndtsson, Lennart Ekholm, Mats Bergström, Bengt Larsson, Göran Malmén, Nils Malm, Thomas Kahan, Per-Anders Gustavsson, Anders Löfqvist.

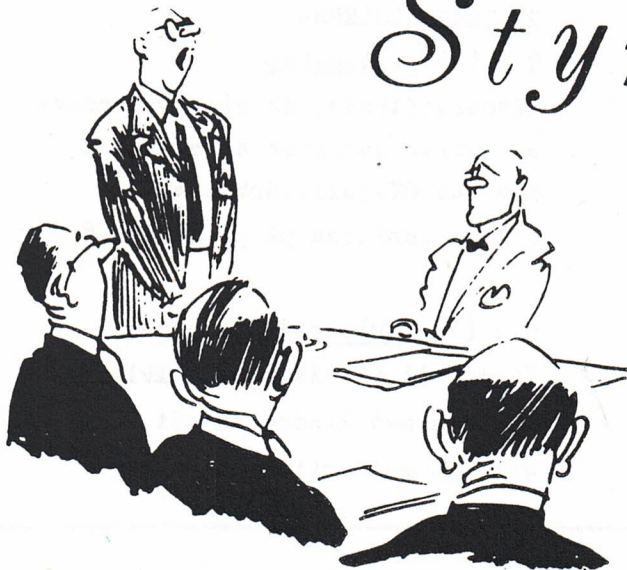
VÄRLDSMÄSTARE: Göran Andersson, Björn Arnesson, Erik Fromell, Kent Carlsson, Kjell Axerot.

OK-BLADET/OK-BULLETTINEN är Svenska OK-jolleförbundets officiella organ.
Utkommer minst tre gånger per år. Upplaga c:a 1000 ex.

Ansvarig utgivare: Håkan Larsson, Mölndalsvägen 43, 412 63 Göteborg, 031-404442
Postgirokonto: 44 04 20 - 8

Annons: Helsida 500:- , Bilaga A4-format 300:- , Bilaga katalog (portokostnaden).

Styrelsens spalt



DET ÄR VERKLIGEN SANT !

Hej i havet !

Nu skall vi berätta för Dej något verkligt glädjande för OK-jolleklassen. Vårt internationella klassförbund, O.K.D.I.A. har beslutat att till kommande säsong 1985 starta upp en EURO-CUP för internationella OK-jollar. Denna cup blir tillsammans med VM i Holland och Int. Kieler Woche våra stora internationella mål stundande säsong.

Tävlingarna som kommer att stöttas av en huvudsponsor samt fem mindre nationella sponsorer avslutas med vårt internationella mästerskap i Varberg. Det gäller att hänga med från början så styrelsen uppmanar våra duktiga aktiva att ställa upp i premiären nere på Dummer See i Västtyskland.

Om Du lyckas bra kommer Du att kunna kamma hem många fina priser - och det lockar väl, eller hur.

I år var OK-förbundets årsmöte förlagt till Göteborg, under mötet valdes en ny ordförande, Mats Caap. Lasse Carlsson har ju varit vår ordförande under fyra års tid. Lasse som under den här tiden fått ordning på förbundets ekonomi och aktivt kämpat för OK-jolleklassen är verkligen all heder värd. Tack skall Du ha.

Och så över till ett annat ämne. Vår nye klasstränare, Jonas Bergström 25-årig läkarkandidat boende i Stockholm, som själv har ett förflutet som int. toppseglare i OK-jolle har påbörjat jobbet mycket uppskattat.

Svenska jolleseglarungdomar - här nar Ni verkligen chansen att få trevlig och kunnig träning/coaching.

ALLTSÅ - VAR TUFF - SATSA PÅ DEN INTERNATIONELLA OK-JOLLEKLASSEN ...

Ett steg i den riktningen, en hjälp från förbundets sida, kommer att tas under årets säsong. På begäran från lovande seglarungdomar kommer vi att HÅLLA NYBÖRJARTRÄNING (TESTA OK-JOLLEDDAGAR) UNDER 27-28/7 SAMT 10-11/8 ...

Där kommer de flesta av vårt VM-lags jollar att finnas för utlåning/testning. Det är alltså sant som folk säger "OK-jollen är åter på frammarsch."

Till sist - kör hårt säsongen är inte slut förrän 22 febr. 1986 i Auckland.

Vi i  Styrelsens

4. UR KLASSREGLERNA

§ 4.(4) Mätcertifikat

Vid ägarbyte blir mätcertifikatet ogiltigt. Den nye ägaren skall begära ett nytt hos OK-kansliet. Det gamla skall bifogas.

Ditt nya giltiga mätcertifikat sändes per postförskott.

(eller : betalas kontant mot kvitto när Du träffar sekr./kassören)

UR KLASSREGLERNA

§ 4.(2) Medlemskap

Mätcertifikatet är giltigt endast om ägaren/seglaren är medlem i Svenska OK-jolleförbundet.

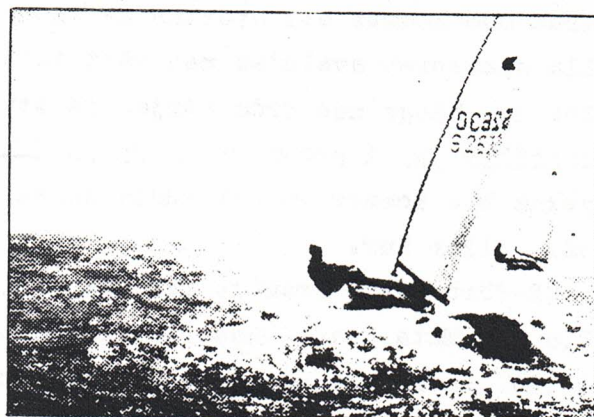
(75:- insättes på pg 440420-8)

§ 4.(1) Tävlingsdeltagande

Ingen båt tillåtes att tävla i OK-klassen med mindre än att den har giltigt mätcertifikat.

PR-material.

Vår fina OK-folder och jättetuffa affisch får Du helt GRATIS - Skicka bara in 4 kr i frimärken, när Du beställer hos OK-kansliet.



Service från kansliet

Följande artiklar sänder vi mot postförskott, inkl. porto.

Tygemblem, urtjusigt	20:-	Tillverkningsavgift	120:-
OK-nål, jättesnygg	10:-	Registreringsavgift	80:-
Stor OK-dekal	15:-	Omregistreringsavgift	50:-
Kopia av mätcert.	10:-	Hyra "Delfs-formen"	
Ritning inkl. mätregler	50:-	(inkl. reg. + tillv.)	475:-



Tygemblem

MEDLEMSAVGIFTER

Medlemsavgift 1985	75:-
Stödande medlem	40:-
VM-bidrag	10:-



Stor Dekal

KÖP EN WCT - OVERALL.

Ta nu och köp en snygg
träningsoverall. Köp en
till dig själv, till tjejen /
hustrun, mamma / pappa,
farmor eller farfar. Den
passar på oss alla.

Den kommer att vara gul
och ljusgrå med ett tryck
på ryggen där det kommer
att stå SWEDICH OK SAILOR.
Med snygg text.

Overallen kommer att kosta
355 kr st (ett humant pris).

Ta och sätt in pengarna på
postgiro 440420-8 före den
11 april.

På tallongens vänstra sida
skall ni skriva tränings-
overall plus vilken storlek
ni vill ha. Storlekarna är
3,4,5,6,7.

När vi har fått ihop ca 25-30
beställningar kommer vi att
beställa hem overallerna.

Förhoppningsvis kommer overallerna
att delas ut vid något utav
vårens kval.

Har ni några frågor så skall
ni ringa till Göran Thingvall
tel:0920/26150.



TRÄNINGSG- OCH TÄVLINGSPROGRAM 85/86

- 5-8 april Påskträning/Varberg
 6-8 april Kieler Auftakt
 20-21 april Lokal träning
 27-28 april Danskt kval/Dragör
 4-5 maj Träning/Motala
 11-12 maj Lokal träning
 16-18 maj Kval 1/Långedrag, träning den 16;e
 25-27 maj Kval 2/Nynäshamn, träning den 27;e
 8-9 juni Kval 3/Luleå
 15-17 juni Tyska mästerskapen/Dümmer see, Europacup 1
 22-28 juni Kieler Woche
 30-3 juli Holländska mästerskapen/Medemblik
 4-5 juli Träning/Medemblik
 6-13 juli VM -85/Medemblik
 16-20 juli NM -85/Danmark, Europacup 2
 20-26 juli Brittiska mästerskapen, Europacup 3
 27-28 juli Nybörjarträning/Varberg
 30-4 aug Danska mästerskapen/Hornbaek, Europacup 4
 10-11 aug Nybörjarträning/Varberg
 24-25 aug Kval 4/Kristinehamn
 5-9 sept Svenska mästerskapen/Varberg, Europacup 5 /kval 5/
 14-15 sept Danskt kval/Århus
 21-22 sept Träning/Motala
 28-29 sept Danskt kval/Juelsminde
 5-6 okt Träning/Varberg
 19-20 okt Lokal träning
 2-3 nov Lokal träning
 16-17 nov Lokal träning
 3-13 febr Träning/Auckland NZ
 14-22 febr VM -86/Auckland NZ

NYBÖRJARTRÄNING I VARBERG (eller annan överenskommen ort)

Då många svenska seglarungdomar hört av sig till OK-kansliet om möjligheten att få testa den Int. OK-jollen tillsammans med rutinerade OK-grabbar - kommer vi att träffas på lämplig geografisk plats dessa helger. Anmälan till OK-kansliet.

Utdrag ur stadgarna:

§ 6

Medlem skall till förbundet senast den 1 Mars erlægga den årsavgift som fastställts av årsmöt. Är årsavgiften ej erlagd den 1 Mars, erhåller medlem skriftlig anmaning och expeditonsavgift debiteras. Expeditonsavgiftens storlek bestämmes av styrelsen. Är årsavgift och expeditonsavgift ej erlagda senast 1 april samma år, uteslutes medlem ur förbundet.

KASSÖREN KOMMER ATT FÖLJA OVANSTÄENDE (§) 1985.

TRÄNINGSDAGAR I VARBERG 5-8 APRIL 1985

Under påsken genomför vi fyra träningsdagar i Varberg. Vi samlas på Långfredagen kl. 10.00 vid klubbhuset ute vid Klöven. Vår klasstränare Jonas Bergström finns där. OK- förbundet hoppas att Du sluter upp till detta läger, för det här är ett utmärkt tillfälle att köra bort den allra värsta rostigheten som vi har samlat på oss under vinterhalvåret.

Är det något som Du funderar över ? Ring OK-kansliet.

FIXTURE LIST 1985

15 Juni - 17 Juni	Tyska mästerskapen	Dummer see
30 Juni - 3 Juli	Holländska mästerskapen	Medemblik
6 Juli - 13 Juli	VM	Medemblik
20 Juli - 26 Juli	Britiska mästerskapen	Parkstone/Poole
5 Sept - 9 Sept	Svenska R-mästerskapen	Varberg
7 Sept - 8 Sept	Britiska incl. mästerskapen	Grafham



Redaktören har ordet

Så börjar åter en seglingssäsong att närma sig. Det är alltid lika fantastiskt när det börjar att droppa från hustaken. Det är just vid det här tillfället som man börjar att få den där riktiga längtan efter att plocka fram den dammiga båten ur höladan. Men förhoppningsvis har Ni väl förberett Er inför säsongen långt tidigare, ex. genom fysisk träning. Träning kan ju även utövas på det mentala planet, och det är detta som är vår tränare Jonas Bergströms nya giv. Det här med mental träning tror jag fullt och fast på. Det är oerhört viktigt att rensa skallen från en massa föreställningar som hindrar en i att nå framgång i seglandets ädla konst.

Studerar man programmet inför kommande säsong så ser det ganska så mastigt ut, men vill man nå framgång finns bara en sak att göra - träna och tävla mycket. Så kör hårt. Som Ni kan se av programmet så startar träningen upp i Varberg under påskhelgen. Ställ upp på detta läger, för det är alltid bra att komma igång ordentligt förhållandevis tidigt på säsongen. För dig som nyss har köpt OK-jolle är det här ett utmärkt tillfälle att lära känna alla ur-trevliga OK-seglare. För dig som tänker att satsa extra hårt inför kommande säsong är det lämpligt att ha en tävling i benen innan våra kval kör igång. Därför rekommenderar jag Er att delta i det danska kvalet i Dragör.

Som bekant så är det ju många unga seglare som har köpt OK-jollar inför denna säsong. Jag hoppas verkligen att Ni "nya seglare" ställer upp på kvalen i vår. För det är tävlingar av den här typen som behövs för att man skall utvecklas, och för att få den rutin som är så nödvändig inom segelsporten. Så ställ upp i kvalen.

Det verkar vara brist på bra centerbord (lamellimmade). Är det någon som har något liggande så slå en signal till mig (redaktören).

Redaktören

BEHÖVER DU EN NY MAST

Vi är tre killar som skall beställa nya Nedlspaar-master från England. Är Du i behov av en ny mast, så är det här ett lämpligt tillfälle att skaffa en ny mast. Priset är 225 pund + frakt 55 pund + tull och moms. Vid köp av 5 master får vi 20% rabatt, och fraktkostnaden blir också lägre. Priset på en bom är 56 pund.

Vill Du spara hundralappar? Så köp en ny mast nu.

Kontakta Bo Albrektsson i Varberg, om Du är intresserad.

Tel. 0340-24080 på helger.



SVENSKA OK-JOLLEFÖRBUNDET

COACHEN HAR ORDET

Hejsan - och glad försäsong.

För Er som är nya i klassen ska jag börja med att presentera mig. Jag heter Jonas Bergström, är inne på mitt 25:e år, och bor i Stockholm där jag pluggar medicin. För tio år sedan, dvs hösten -74, blev jag definitivt för tung för Optimisten, varför jag, som alla andra, gick över till OK. Mellan 1976 och 1982 körde jag samtliga kval och SM, och lärde under den tiden känna de flesta aktiva OK-seglare. På meritsidan är det tyvärr lite tunnsått; två JSM och ett SM är det ende jag har att komma med.

Det var några ord om mig. Nu till det viktiga, nämligen OK-klassen, och de som utgör den, dvs Ni kära OK-seglare. Som bekant fungerade jag som coach under VM i Söderborg, och fick då den bittra sanningen klar för mig; VI HAR TAPPAT GREPPET. T o m -82 hade vi regelmässigt 5 svenskar bland de tio främsta på VM. Under -83 och -84 hade vi en bland de tio. Sammanlagt. På två år. Vi måste göra något åt detta; låt inte OK-klassen följa med i den allmänna kräftgången inom svensk segling. Håll den svenska OK-fanan högt - var stolt över att vara svensk OK-seglare. VISA ALLA VILKA SOM ÄR BÄST, STOLTAST OCH ROLIGAST.

För så är det. NI ÄR BÄST. STOLTAST. ALLIHOPA. SÅDETSÅ. I ingen annan klass finns det så mycket talang och kunnande. Tyvärr är det också så, att det inte finns någon annan klass, där talangen och kunskapen missbrukas så. Man klarar sig inte med bara talang på internationell nivå - MAN MÅSTE TRÄNA OCKSÅ. Titta bara på våra forna stjärnor; Kent Carlsson, Göran Andersson, Kjell Axerot, Johan Ling och Stefan Järrudd. Alla gjorde de sina bästa resultat under de säsonger då de tränade som mest. Segling är nämligen som all annan idrott; för framgång krävs det bara lite talang, men väldigt mycket träning.

En annan inte alltför lustig notering jag gjorde under senaste VM, var att flera svenskar gjorde prestationer som var långt ifrån deras maximala. Det går inte. För att placera sig internationellt måste man ligga på topp. Jag är helt övertygad om att man skall söka anledning till det här fenomenet någonstans i skallen. De flesta har en massa falska föreställningar om sig själva och andra, dvs en låg tankekultur. Därför rekommenderar jag Er att läsa Willy Railo's bok "BÄST NÄR DET GÄLLER". Boken beställer Ni från RF, Idrottens hus, Farsta för ca. 60 kr. tel. 08-7136000.

Segling är inte bara en psykiskt och fysiskt påfrestande idrott - segling är filosofi också. Vi måste lära oss att analysera varje träningspass och varje segling. Vi måste utveckla egna ideer om hur vi skall segla för att få bäst utdelning i längden. Dvs UTVECKLA EN EGEN TAKTISK FILOSOFI.

Säsongen 85 - 86 är lång och viktig. Den börjar som jag antydde i början nu, och slutar efter VM på Nya Zeeland -86. Målen för dessa VM bör vi sätta högt men realistiskt. En svensk bland de tre främsta, samt fem svenskar bland de tio främsta under bägge mästerskapen är ett sådant mål. Detta uppnår vi genom att förbereda oss målmedvetet. Vi bör komma till mästerskapen FYSISKT, TEKNISKT och PSYKISKT OPTIMALA, samt med en EGEN TAKTISK FILOSOFI.

Ni OK-seglare inser precis som jag att segling inte är allt här livet. Trots allt är segling bland det roligaste som finns, speciellt då det går bra. Därför skall vi förbereda oss så att vi får ännu roligare av vår segling. För att få tid med andra roliga saker skall vi göra detta så TIDSEFFEKTIVT som möjligt. Jag har därför definierat fyra olika områden som vi bör koncentrera oss på:

1. SKAFFA EN GOD FYSIK.
2. PSYKISKT OPTIMALA GENOM HÖG TANKEKULTUR
3. SKAFFA EN GOD TEKNIK
4. UTVECKLA EN EGEN TAKTISK FILOSOFI

Punkt 1 och 3 lämpar sig väl för individuell träning. Denna ansvarar var och en för själv. Ett bra fysprogram som tar fyra timmar per vecka återfinns på annan plats.

Punkt 2 och 4 måste vi hjälpas åt med. Detta gör vi med ärliga och uppriktiga diskussioner med varandra. Vad jag menar är att vi som kollektiv måste hjälpas åt, så att alla kan skapa sin individuella modell.

Av min programförklaring här ovan hoppas jag att det framgån, att jag tror att man för framgång måste träna både huvud och kropp. En naturlig följd härav är att man inte skall träna för att coachen står bredvid med piska och morot, utan för att SEGLING ÄR SÅ FÖRBANNAT ROLIGT. Träna inte för min skull. Träna för Er egen skull. För att segling är roligt. Jag hjälper Er gärna.

Jonas Bringslöv

Halls

BÅTBYGGERI*SNICKERI
SOLLERÖN

Tel. 0250 - 22039

FYSPROGRAM

Följande program tar ungefär två timmar. Köres 2 - 3 ggr per vecka under hela året.

- | | |
|--|---------|
| 1. Löpning 30 - 40 minuter, helst med "heavy hands" (enkilos hantel i varje hand). | |
| 2. Bänkpess på lutande bänk | 3 x 10 |
| 3. Marklyft (OBS - absolut rak rygg i <u>alla</u> reps) | 3 x 10 |
| 4. Tvåarmsrodd | 3 x 15 |
| 5. Enarmsrodd | 3 x 15 |
| 6. Cabel-cross - med drag bakåt | 3 x 15 |
| 7. Leg-extension | 3 x 20 |
| 8. Biceps curl | 3 x 10 |
| 9. Dips | 3 x 10 |
| 10. Sit- ups i "Roman chair" | 4 x max |
| 11. Leg-extension | 3 x 20 |
| 12. Cramps | 3 x max |

SJÄLVBYGG DIG EN NY TOPP OK-JOLLE I OK-FÖRBUNDETS "DELFS-FORM"

Paketpris mot postförskott för OK-förbundets medlemmar : 475:-

Nyskriven detaljerad byggbeskrivning (HP Hylander)

Hyra "Delfs-formen" i två veckor

Nyregistrering - mätcertifikat

Tillverkningsavgift (OKDIA)

Byggsats i halvfabrikat kostar c:a 8.800:- , komplett !

Då ingår alltså alla beslag, centerbord, roder, mast, bom, segel samt tågvirke (skot och trimtampar).

BOKNING SKER TILL OK-KANSLIET +++++ OK-KANSLIET GER DEJ INFO.!



SVENSKA OK-JOLLEFÖRBUNDET

BESTÄMMLSEER FÖR FRAMRÄKNING AV RANKINGLISTA INFÖR VM-85 I HOLLANDEMT WORLDS '86 PÅ NEW ZEELAND. (Enligt SSF:s rankingsystem § 5.2.b)

- A/ Kvalserien inför VM-85 omfattar 12 planerade seglingar vid kvaltävlingarna 1,2 och 3. (17-18/5 Långedrag, 25-26/5 Nynäshamn, 6-9/6 Luleå)
- B/ Kvalserien inför VM-86 omfattar 12 planerade seglingar vid kvaltävlingarna 3,4 och 5. (6-9/6 Luleå, 24-25/8 Kristinehamn, 6-9/9 Varberg)
- (OBS. från kvalet i Luleå räknas endast de två bästa delseglingarna in i kvalserien till VM -86)
- C/ Utländska deltagare räknas på samma sätt som svenska deltagare.
- D/ Tävlingsresultaten medräknas inte.
- E/ Endast seglingarnas resultat räknas.
- Vil 1-3 seglingar borträknas ingen.
 " 4-7 " " en.
 " 3 " " två.
 " 9-12 " " tre.
- F/ Poängberäkning och särskiljning enligt PM 1.
- G/ Den som ej startat i segling erhåller lika många poäng + 1, som sänst placerade erhållit i den segling ingående i kvalserien som har flest antal startande.
- H/ Slutresultatet erhålles genom summering av kvaldeltagarnas poängtal med beaktande av antalet seglingar enligt punkt E ovan. Lägst plats-siffersumma placeras före på rankinglistan.
- I/ Sverige har tilldelats 12 VM-platser till både VM-85 och VM-86!!!
- J/ Sv. OK-jolleförbundets styrelse kan göra avsteg från detta uttagningssystem beträffande de två sista placeringarna enligt ranking, om andra gjort "synnerliga prestationer".

SEGLA OK INTERNATIONELLT - LYCKA TILL!

=====

VM-BIDRAGEN EFTER AVSLUTAD KVALSERIE: (Gäller VM-85 ; för VM-86 tas dec.beslut)Nr 1-2: Resebidrag från SSF, (50% av OS-norm), direkt till seglaren.Nr 1-5: Startbidrag på 400:-/seglare.Nr 6-7: Startbidrag på 150:-/seglare.

VM-res.: Ev. kommer SSF:s bankappseglingsskommitté att i efterhand tilldela dem som gjort toppresultat på VM s.k. kvalifikationsbidrag? Detta görs om pengar finnes efter säsongens slut.



SVENSKA OK-JOLLEFÖRBUNDET

INBJUDER TILL TRÄNINGSDAGAR I MOTALA/VADSTENA 3-5 MAJ 1985

Sv. OK-jolleförbundet kommer att för träningssgrupp elit, köra träningsläger (Du som fått info. från vår klasstränare Jonas Bergström under 1985)

PROGRAM: Fredag 3/5: Övernattning hårt/mjukt underlag
Zederslundsskolan, Motala (SAMTLIGA)

Lördag 4/5: 0700 "Morgonpasset"
0800 Frukost
1100 Träningspass I (samling på sjön)
1400 Lunchpaketet (på vattnet)
1430 Träningspass II
1700 I hamnen (bastu)
1830 Gemensam middag "ute"
c:a 2000 Ev. samling
2100 "Fritt"

Söndag 5/5 0730 Frukost
1000 Träningspass III (samling på sjön)
1230 Lunchpaketet
1300 Träningspass IV
1530 I hamnen (bastu)
1600 Avslutning

ANMÄLAN: Anmälningsavgift 20:-, skall insättas på vårt pg 440420-8
senast 25 april. (Ring OK-kansliet om Du undrar över något)

KÖR HÅRT ! NYFÖRVARVEN ÄR HOS OSS I OK-GEMENSKAPEN !

SVENSK Segelsport
Insidetidningen för seglare som vill litet mer.
 Säljs där tidningar säljs. Helårsprenumeration 69:- (förmånserbjudande för medlemmar i SSF-ansluten klubb! Övriga 98:-)
 Postgiro: 57462-4.



LÅNGEDRAGS SEGELSÄLLSKAP

SOLHÖJDSGATAN 16
421 76 VÄSTRA FRÖLUNDA

Postgiro 24 01 30 5

INBJUDAN

LASER GRAND PRIX och RIKSKVAL för OK-JOLLAR

Långedrag Segelsällskap inbjuder till Grand Prix för Laser-jollar och Rikskval för OK-jollar 16 - 18 maj 1985. Seglingarnas bas är LSS klubbhus på Långedrag i Göteborg.

REGLER: Seglingarna genomförs enligt IYRU:s kappseglingsregler senaste utgåva. Svenska Seglarförbundets senaste utgåva med Skandinaviska och Svenska Seglarförbundets tillägg. Gällande klassregler för Laser och OK-jollar samt lokala seglingsföreskrifter.

Seglingarna sker på olympisk bana och poängberäkning enligt plats-siffermetoden (PM1).

ANMÄLAN: Avgiften är 110:- kr. och betalas senast 3 maj 1985 på Pg 81 85 46 - 4. På Pg-talongen skall namn, adress, tele.nr, segelnr och klass skrivas samt deltagande i Grand Prix-festen.

ANKOMSTANMÄLAN OCH MÄTNING: Torsdag 16 maj kl. 18.00 - 21.00 och fredag 17 maj kl. 08.00 - 09.00. Gällande mätbrev, medlemskap i klassförbund samt försäkringshevis (kvitto) uppvisas.

TID FÜR FÖRSTA START ÄR FREDAG 17 MAJ KL: 10.30

Upplysningar lämnas av LSS exp. Tisdagar kl. 17.00 -21.00	031-29 16 17
Klubbmästare	Lisbeth Paffrat 031-29 50 84
Tävlingssekr.	Yvonne Andersson 031-29 01 72
Tävlingsled.	Björn Johansson 031-29 04 46
Seglingsled.	Anders Andrén 031-28 05 44
Ordf. protestn.	Kjell Jonasson 031-45 10 15

LSS Kappseglingskommitté önskar alla seglare hjärtligt välkomna.

* * * * *

GRAND PRIX - FEST

Om Du vill delta i vår Grand Prix-fest i klubbhuset på fredag-kväll (17 maj), gör Du anmälan om detta samtidigt på Pg-talongen.

Pris: 75. kr/pers. Anmälan är bindande.



SVENSKA OK-JOLLEFÖRBUNDET

INBJUDER I SAMARBETE MED SV. 505-FÖRBUNDET OCH NYNÄSHAMNS
SEGELSÄLLSKAP TILL GEMENSAMMA KVALSEGLINGAR.

VM-KVAL FÖR OK-JOLLAR (INFÖR VM-85 I HOLLAND)

VM-OCH EM-KVAL FÖR 5⁰⁵

TID: 25-26 maj 1985

PLATS: Nynäshamns skärgårdsfarvatten

BAS: NSS:s jollehamn, Nynäshamn

ANMÄLAN: Anmälningsavgiften 110:- betalas till Sv. OK-jolleförbundets
tillfälliga expedition vid ankomstanmälan. Följande uppvisas:
1/Mätbrev 2/OK-jolleförbundsmedlemskap 3/Klubbmedlemskap
4/Ansvarsförsäkring 5/Inmätt och stämplat segel.

REGLER: Seglingarna äger rum enligt IYRU:s kappseglingsregler, senaste
utgåvan, med Skandinaviska och Svenska Seglarförbundets tillägg.
Gällande klassregler samt lokala seglingsföreskrifter.

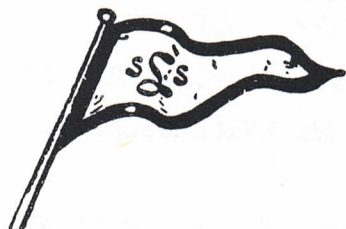
PROGRAM:

Fredag 24 maj :	Anmälan	Kl 2000 - 2200
Lördag 25 maj :	Anmälan	Kl 0800 - 0900
	1:a start	Kl 1100
	2:a start	Kl K
Söndag 26 maj :	3:e start	Kl 1100
	4:e start	Kl K

LOGI: OK-seglare bor hos varandra! Snacka ihop Er!
Nynäshamns kommuns turistbyrå 0752 - 12110, förmedlar lögi.

UPPLYSNING: Svenska OK-jolleförbundets kansli svarar på alla frågor,
0141 - 255 66, 557 31.

VÄLKOMNA TILL EN TRIVSAM SEGLARHELG I NYNÄSHAMN !



Datum 1985-01-29

Ert datum

Er beteckning

LULEÅ SEGELSÄLLSKAP inbjuder till VM-kval för OK-jollar 8 - 9 juni 1985.

Tävlingarna äger rum på Brändöfjärden utanför Luleå.

Anmälan senast den 28 maj till: Göran Thingvall
 Munkebergsvägen 54
 951 56 LULEÅ
 (tel 0920-26150)

Ange i anmälan: Namn, klubb och segelnummer.
 Anmälningsavgift betalas vid ankomstanmälan.

Seglingarna äger rum enligt IYRU:s kappseglingsregler, SSF:s utgåva 1985, gällande klassregler och klassförbunds föreskrifter för VM-kval samt Luleå Segelsällskans seglingsföreskrifter.

Mätbrev och medlemsbevis i klassförbund uppvisas vid anmälan. Kontrollmätning kommer att äga rum.

Tävlingsprogram (preliminärt):

Ankomstanmälan och kontrollmätning	Lördag 8 juni kl 08.00 - 10.00
1:a start	" 11.00
2:a start	" K
3:e start	Söndag 9 juni kl 10.00
4:e start	" K

Prisutdelning äger rum snarast efter sista segling

Upplysningar: Göran Thingvall, tel 0920-26150.



Kristinehamns Kanotseglare

Box 3024 • 681 03 KRISTINEHAMN 3 • Postgiro 13 36 87-4

INBJUDER TILL

REGIONSMÄSTERSKAP, REGION 3, FÖR E-JOLLAR

SAMT

VM-KVAL FÖR OK-JOLLAR

Tid: 24 - 25 augusti 1985

Tävlingsplats: Farvattnen utanför Kristinehamn.

Bas: KKS Klubbhus, Vålösundsvägen, Kristinehamn

Anmälan: Anmälningsavg. kr. 60:- insättes på KKS pg nr 13 36 87-4 senast 16 aug. -85. Anmälan efter detta datum: kr. 100:-. På telongen skall anges: Rorsmans namn, adress, tel.nr, komplett personnr, segelnr och klubbens namn.

Regler: Seglingarna äger rum enl. IYRU:s regler 1985-88 med SSF:s tillägg, gällande klassregler och KKS seglingsföreskrifter.

Program:	Fredag 23 aug. kl.	18- 21	Anmälan och kontroll
	Lördag 24 aug. kl.	08 - 9.15	Anmälan och kontroll
		kl. 9.30	Rorsmansmöte
		kl. 11	Start första seglingen
		kl. K	Andra seglingen
	Söndag 25 aug kl.	10	Start tredje seglingen
		kl. K	Fjärde seglingen

Mätning: Mätbrev och kvitto nå medl.avg. i klassförbund uppvisas vid ankomsten. Seglet skall vara inmätt och stämplat. Båten skall vara ansvarsförsäkrad.

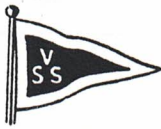
Priser: Ett pris på var 5:e startande båt.

Logi och camping: Upplysn. Fritidsnämnden Kristinehamns kommun tel: 0550-15340
Husvagnsunpställning vid KKS efter anvisning.

Vägbeskrivning: KKS klubbhus, Vålösundsvägen (vägen mot Picasso-skulpturen).

Upplysningar: Sverker Carlsson tel: 0550-80133, Bengt Nordström 0550-80552.
Värmlands Seglarförbund kansli 054- 11 88 81.
KKS Klubbhus under tävlingstiden tel: 0550-81900.

VÄLKOMMEN TILL KRISTINEHAMN!



Varbergs Segelsällskap

VARBERGS SEGELSÄLLSKAP INBJUDER TILL INTERNATIONELLT RM FÖR OK-JOLLAR 5-9/9 1985. TÄVLINGEN ÄR DESSUTOM SISTA VM-UTTAGNING TILL VM PÅ NYA ZEALAND 1986. TILLIKA ÄR TÄVLINGEN 5:TE OCH AVGÖRANDE SEGLING OM EURO-CUP.

PLATS: Tävlingarna äger rum utanför Getterön, Varberg med bas vid Småbåtshamnen.

REGLER: IYRU:s kappseglingsregler, SSF:s utgåva 1985 med Skand- och SSF:s tillägg, gällande klassregler och bestämmelser samt VSS:s seglingsföreskrifter.

ANMÄLAN: Anmälningsavgift 190 kr+VM-tian = 200 kr. Insättes senast 26/8 till: Varbergs segelsällskap, Postgiro 61 76 82-0. Ange på talongen: namn, klubb, båtnummer.

INKVARTERING: För beställning av rum hänvisas till Varbergs turistbyrå, tel 0340/190 90. Campingplats finns på Getterön.

SEKRETARIAT: VSS:s klubbhus, tel 0340/148 10. Öppet: torsdag 15.00-20.00, fredag-söndag 8.00 till tävlingarnas slut.

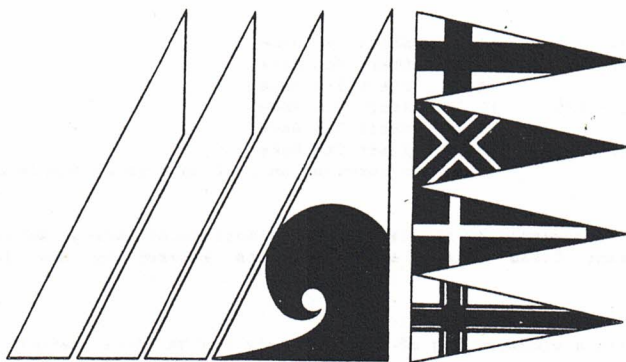
MÄTBREV: Mätbrev skall uppvisas vid ankomstanmälan. Mätning kommer att ske enligt Sv OK-jolleförbundets anvisningar.

<u>PROGRAM:</u>	torsdag 5/9	15.00-20.00	ankomstanmälan och mätning
	fredag 6/9	8.00-10.00	" "
	"	10.00	rorsmansmöte
	"	11.30	1:a start
	"	kl K	2:a "
	lördag 7/9	11.00	3:e "
	"	kl K	4:e "
	söndag 8/9	10.00	5:e "
	"	kl K	6:e "

måndag 9/9 är reservdag, utnyttjas endast om färre än 3 seglingar har genomförts.

PRISER OCH PRISUTDELNING: SSF:s mästerskapsplaketter till de 3 första samt Sv OK-jolleförbundets vandringspriser till segraren. Dessutom hederspriser på var femte anmäld jolle. Prisutdelning äger rum vid klubbhuset snarast efter sista seglingen.

UPPLYSNINGAR: HP Hylander, Träslövsvägen 16 432 00 Varberg tel 0340/856 20



Kieler Woche 22. - 29.6.1985

Meldeschluss:
Sonnabend, 25. Mai 1985

Entryclose:
Saturday, May 25 th 1985

**Geschäftsstelle/
Office**
Kieler Yacht Club
Hindenburgufer 70
D - 2300 Kiel 1
Tel.: 04 31 / 8 50 21 - 22
Tx.: 2 92 869

Die Zusendung einer Ausschreibung erfolgt nur nach Vorliegen dieser Rückantwortkarte.

A Notice of Race form will be forwarded only upon receipt of this reply card.

Klassen, die in der Kieler Woche 1985 segeln werden

Classes, which will race in Kieler Woche 1985

Klasse / Class	Höchstzahl Max. nb. of entries	Meldegeld Entry Fee DM	Bemerkung Remark
Drachen/Dragon	n.l.	250.-	6 Races
H-Boot	60	250.-	23 - 28 6
505	70	125.-	kein
Tornado	70	185.-	Reservetag
Soling	60	250.-	no
Star	60	200.-	Reserveday
FD	80	125.-	
470 (for men)	120	110.-	
470 (for women)	n.l.	110.-	
Finn	80	90.-	
420	70	110.-	
Laser	90	90.-	
OK	60	90.-	
Folkboat	60	215.-	
*Dyas	n.l.	185.-	
Yngling	n.l.	215.-	
Kielzugvogel	n.l.	185.-	
Segelsurfer/Sailboards Division II.			*6 Races 23 - 25 6
Gr. A bis/up to 74 kg - Damen/Ladies	90	75.-	
Gr. B über/above 70 kg	90	75.-	
Windglider	90	75.-	6 Races 26 - 28 6
IOR I - II	See	100.-	je Wettfahrt
IOR III - IV	6 Races	85.-	for each
IOR V - VIII	22 - 29 6	70.-	race
Tonnet, Spronka			entspr. IOR
Ballad, J 24			Rating

*Für die Dyas-Klasse wird gleichzeitig die mit Deutsche Yachtförderung veranstaltete
For the Dyas Class the event is organized by the German Yachting Federation at the same time.

KIELER WOCHEN ER NÅGOT ALLTDELES SPECIELLT !

Ett race/dag ger mycket fritid. Alltså ta med dej tjejen/familjen!

Våra tyska OK-kompisar ordnar till fest varje dag. Hamburgs Ölstugor ligger nära.

ANMÄLAN GÖR DU SJÄLV: Arrangerande Kieler Yacht Club har lett dej göra klart för
alla svenska OK-seglare att bindande anmälan ~~skall~~ ske i tid. (annars <kvot>!

Ich beabsichtige an der
Kieler Woche 1985
in der Bootsklasse.....
teilzunehmen und bitte
um Zusendung
einer Ausschreibung.

I want to participate at
Kieler Woche 1985
in the boatclass.....
Please, send a Notice of Race.

Adresse/Adress:

Vorname
Christian Name
Nachname
Family name
Straße
Street
PLZ und Ort
Zip Code and City
Land
Country

Kieler Yacht Club
Hindenburgufer 70
D 2300 Kiel 1
Fed. Rep. of Germany

ROYAL YACHT CLUB
HOLLANDIA



SCHEDULE

Saturday,	June 30, 1985	14.30	Start 1st Race
Sunday	July 1, 1985	10.30	Start 2nd Race
		14.00	Start 3rd Race
Monday,	July 2, 1985	10.30	Start 4th Race
		14.00	Start 5th Race
Tuesday	July 3, 1985	10.30	Start 6th Race

afternoon reserve, only if no 4 races completed.

RULES

The Championship will be governed by the IYRU International Yacht Racing Rules 1985 (YRR) and the current Class Rules, all except as altered by the Sailing Instructions.

COURSE

Triangular course with a windward leg of approximately 1,5 NM. Total length of the course approximately 8,3 NM.

START

Starting procedure according to YRR 4.2a (new), System 1(i). Individual Recalls using Code Flag "X"; no individual recall signs.

SCORING

Olympic Scoring System according to Appendix 5 of the YRR with the understanding that there shall be 6 races of which the best 5 for each yacht shall be counted for the total score. If only 5 races can be completed the best 4 shall be counted. If only 4 races are completed they shall all be counted. A minimum of 4 completed races is required for a valid Championship. The Sailing Instructions will include a separate provision for ties in the total score.

SAILNUMBERS

Yachts shall register and use one sailnumber only.

TROPHIES

The winning yacht will be 1985 Dutch Champion of the International OK - Dinghy Class and will receive the Champions Ribbon of the Royal Netherlands Yachting Union. There will be one series prize per 6 yachts entered (taken from Entry Closing Date).

PROGRAMME & SAILING INSTRUCTIONS

The Programme and the Sailing Instructions are to be collected at the Regatta-Office prior to the start of the first race.

REGATTA-OFFICE

Located in the "Vischafslag", Oosterhaven, Medemblik. Phone: (0)2274 - 1441. The Regatta-Office will be open from Friday, June 29, 1985, 18.30 hours.

ENTRY REGULATIONS

A valid measurement certificate shall be available in Medemblik for each yacht. A third-party liability insurance with a minimum cover of Hfl. 400,000.= per event or the equivalent in the currency of the country of registration shall exist for each

CARNET

Participants are strongly advised to have a carnet or international boat certificate available to present to Dutch Customs. Import duties may have to be paid if these documents are not available.

ENTRY FORM - MELDEFORMULAR

Please send before Entry Close- to: K.Z. & R.V. Hollandia
(tillbanda före 8 juni) c/o Mrs Hermine Mertens
P.O. Box 343,
2040 AH ZANDVOORT, Netherlands

Please use typewriter or block letters !
Bitte Schreibmaschine oder Druckbuchstaben verwenden !

National Letter(s) and Distinguishing Number:
Nationalbuchstaben und Segelnummer :

Skippers name and first name(s) :
Name und Vornamen des Steuermannes: _____

Entry fee will be paid upon arrival. Cash money or Euro-Cheques only ! (Hfl. 90:-)
Meldegeld wird nach Ankunft bezahlt. Nur Bargeld oder Euro-Cheques ! (insänt före 8/6)

I agree to be bound by the IYRU Yacht Racing Rules, by the Class Rules and by the Sailing Instructions.
Ich unterwerfe mich den IYRU Wettsegelbestimmungen, den Klassenregeln und den Segelanweisungen.

Place Date Signature
Ort Datum Unterschrift

M-annålan sker
alltid fm OK-sekr.
(YM-LAGET FÅR SKRIFTLIGT
BESKED DEN 9/6.)