

Rent idrettslag – antidoping



Sommertiden er over, og seilaktiviteten i ukedagene er avsluttet for sesongen.

Hva kan vi så bruke de vanlige treningskveldene til? Et av temaene som vil bli tatt opp i foreningen denne vinteren, er fokuset på doping i idretten. Vi er blitt oppfordret av Fjell Idrettsråd om å registrere oss som «Rent idrettslag».

Det har stått på agendaen lenge, men det er først nå vi har tid til å ta tak i det.

Hordaland Idrettskrets er den første idrettskretsen som registrerte seg som «Ren idrettskrets» i landet, og Fjell Idrettsråd følger opp med å oppfordre alle sine foreninger til å bli med. Første kommune i landet med alle idrettslag registrert var Fusa.

«Rent idrettslag» er et opplegg der idrettslagene på en positiv måte viser sin nulltoleranse til doping. Her skal vi utarbeide en antidopingpolicy. Den består av fem punkter: Verdiprofil, kunnskap, regelverk, bevisstgjøring og beredskapsplan. Mye av innholdet i disse punktene er allerede utarbeidet av Antidoping Norge, men vi kan tilpasse dette til vår forening og våre behov. Den aller viktigste grunnen til registreringen, er at en viser at foreningen tar avstand fra doping. Det er også en god måte å synliggjøre idrettens verdier på: «Glede, helse, fellesskap og ærlighet».

Blant alle utøverne over 12 år gjennomføres enkle tiltak for å øke kunnskapen om antidoping. Dette kalles «Ren utøver», og er et e-læringsprogram hvor en på en enkel måte går gjennom ulike problemstillinger der en lærer om antidoping.

I denne prosessen er det også viktig at trenerne er med. De er jo forbilder for våre yngste seilere. Gjennom korte samtaler med seilerne skal også de være med og gi basiskunnskaper. Bruk av alkohol er nok et like stort problem som doping. Derfor vil vi også sette fokus på holdningene til alkohol.

I vår forening er vi så heldige at vi har flere medlemmer med medisinsk fagkunnskap. Disse vil selvfølgelig bli med i denne prosessen.

Så får vi håpe at våre seilere i fremtiden lever opp til idrettens verdier uten å benytte seg av kunstige stimuli.

Harald Blø, leder i Ran Seilforening

JOLLESEILING PÅ VINTEREN

Jolleseilerne i Ran Seilforening tar ikke fri selv om vinteren er på vei, og sesongen med konkurranser er over.

Nå som kveldene blir kortere og det blir vanskeligere å gjennomføre treninger i ukedagene, vil de ivrigste seilerne våre bruke søndag formiddag til seiling for å kunne stå bedre rustet til neste sesong.

Vi har også lagd et opplegg gjennom vinteren med fysisk aktivitet innendørs for å kunne bevare det gode kameratskapet gjennom vinteren samt bli bedre fysisk trent.

Her på Vestlandet er vi heller ikke plaget av isbelagte fjorder og vi er heldige som har gode vintertemperaturer. Det er sjelden vi ser minusgrader og vi har gode vindforhold vinteren igjennom.

Vi håper vinteraktivitetene vil gi oss gode resultater også neste sesong.

NYTT FRA RAN SEILFORENING • ranseil.no



Økende deltagelse i midtukeseiling

De fleste regattaer opplever fallende deltagelse. Når det gjelder midtukeseilasene – i hvert fall i Hordaland – ser vi derimot en positiv utvikling.

AV TORBJØRN HAUGSDAL • Banks Hjeltefjordtrim økte fra 47 deltagende båter i 2013 til 57 i 2014 og er med dette den største regattaen i Hordaland.

Den andre store serien, Korsfjordtrimmen, har 40 båter. Hvis man inkluderer de mindre seriene i tillegg, er rundt 120 båter i konkurranse gjennom sesongen.

Vi må nok erkjenne at mange seilere ønsker å seile regatta midt i uken og i nærheten av hjemmehavnen. Helgene brukes på andre ting. Hordaland Seilkrets ønsker å følge denne utviklingen heller enn å forsøke å jobbe mot den.

For sesongen 2014 planla kretsen en finale der de beste båtene fra alle trimseilasene kunne møtes. Denne regat-

taen, som var planlagt som baneseilas, skulle også være kretsmeesterskap.

Håpet var at muligheten for å kunne måle ikke bare seg og sitt mannskap, men også nivået på de forskjellige midtukeseilasene, skulle friste seilerne til å stille i regatta utenfor hjemmebanen. Det store spørsmålet er jo om det å utelukke deltagere vil øke deltagelsen.

Årets regatta var planlagt til 27. september. Dessverre viste det seg at vi i kretsen ikke hadde vært gode nok til å informere om dette arrangementet. For mange av de som mottok invitasjonen, var dette første gang de hørte om det. Å stille båt og mannskap til regatta med under to ukers varsel ble for vanskelig for de fleste og regattaen ble derfor utsatt til våren.

Vi fikk imidlertid mange positive tilbakemeldinger på planen. Med bedre planlegging og bedre informasjon tror

vi fortsatt dette vil bli bra.

Det er ikke bare midtuke-seiling som trekker folk. Også vinterseiling er populært i Hordaland. Tre av de fem største regattaene i Hordaland seiles om vinteren. Dette er ofte gode regattaer med høyt nivå på seilerne. Om vinteren, når mange båter står på land og få reiser på helgetur med båt, er det enklere å få mannskap. En del av de beste båtene seiler bare vinterserien.

Hordacup sommer ble avviklet fra denne sesongen på grunn av lav deltagelse og liten interesse, vinterserien derimot fortsetter. Kampen om poengene i denne serien er hard. Det byr for øvrig på ekstra utfordringer å arrangere en serie som starter i desember og avslutter i april. I fjor var endringene i rating så store at et betydelig antall båter byttet klasse midt i serien. Dette ble løst ved at båten avsluttet i den klassen de startet, men med nye ratingtall.



MIDTUKE-REGATTA: Å seile regatta midt i uken blir mer og mer populært.