



Begynder

KAN tømme jollen for vand

KAN svømme _____ meter med svømmevest

KAN få jollen til at ligge stille i vindøjjet og få den til at sejle igen

KAN binde råbåndsknob og ottetalsknob

KAN nævne navnene på holdkammerater og instruktører/trænere

KAN hjælpe med at rigge jollen til

KAN udpege vindens retning

VED hvad jollens udstyr hedder

VED hvad jollens udstyr bruges til

VED hvordan man placerer sig i jollen

VED hvordan klubbens sikkerhedsregler er

VED hvad simple sejlertermer betyder

TØR at forblive rolig og vente på instruktøren/træneren i kritiske situationer

TØR at spørge, hvis der er noget, man ikke forstår

