

9月14日 関東ヨットレースチーム・プログラム

今日の目標：タッキングやジャイピング中のセイルトリムでなるべく艇速のロスをなくす。
マーク回航を無駄なく出来るようになる。

1000時 指定場所に集合

ブリーフィング

・ヨットとデッキの2班に分かれて、お互いの操作が連携していることを理解する。

A.ヨットクルー：a.ヘルムスマン(スキッパー)【松浦様】、b.メインリマー(スピントリマーと兼務)【佐藤様】、
c.ジブトリマー(ミドルと兼務)【山本様】

B.デッキクルー：d.マストマン【古賀様】、e.バウマン【萩原様】

当日のヘルムスマンを担当する方は、ミーティング時に話し合ったことやトレーニングの報告を、同窓生ブログの関東レースチームグループへ投稿して下さい。

・当日の風向、海況を予測する。(当日の天気、潮流等を確認しておくこと。)

その時の潮流や風向で、有利なコース取りが変わることを理解する。

当日の帆走海域をレースコースに見立て、有利なコースをディスカッションする。

1100時 出港

帆走練習

・前回の目標の達成度を確認する。

・タッキングとジャイピング、各風位の帆走をサークル練習で行なう。

風速にあわせて艇の回転速度を調整する。

・各風位、風速、海況に合わせたセイルトリムを行なう。

1200時 昼食

1300時 出港

帆走練習

・マーク回航練習をする。

風位に応じたシート操作のレベルを上げる。

・帆走練習(帆走海域：南方位浮標 アシカ島 東方位浮標より選定)

・検討したコースを帆走。他のコースとの違いを確認する。

風向風速と潮流の影響をどう受けるか、どのくらい受けるかを理解する。

セーリング中に、その影響を判断する方法を習得する。

・各風位、風速、海況に合わせたセイルトリムを行なう。

1600時 帰港、片付け。ミーティング及び、相互評価

上手くできた事、出来なかった事(各自、全体)をディスカッションする。

次回トレーニングの課題を設定する。

1700時 解散