

5月4日 関東ヨットレースチーム・プログラム

今日の目標：マーク回航を無駄なく出来るようになる。
スタート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)【吉田様】、b.メインリマー【近藤様】、c.ジブトリマー【大場様】
 - B.デッキクルー：d.ミドル【三野様】、e.マストマン【岸様】、f.ハークマン【岡田様】、g.スピントリマー(ジブトリマーと兼務)【山本様】
 - ・帆走練習の状況によりポジションをランダムに変更する。
 - ・練習海域(南方位浮標、アシカ島、東方位浮標)からコースを組み立てる。
 - ・風向、海況を把握する。(当日の天気、潮流等を確認しておくこと。)
 - ・当日の状況で、どのコースが有利かを理解する。
- 1100時 出港
帆走練習
- ・南方位浮標を使い、上マーク回航練習をする。
 - スターボードタックでのアプローチ
 - ポートタックでのアプローチ
- 1200時 昼食(練習の状況により時刻を調整する。)
- 1300時 出港
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)
- ・南方位浮標を使い、下マーク回航練習をする。
 - ・南方位浮標をスタートする。
 - ・各風位、風速、海況に合わせたセールトリムを行なう。
 - ・スピン、スピンジャイブ操作(海象他の状況による。)
 - ・午前中に話し合ったコースを実際に帆走する。
 - 他のコース取りとの違いを理解する。
- 1600時 帰港・片付
ミーティング及び、相互評価
- ・上手くできたこと、できなかったこと(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