

6月17日 関西ヨットレースチーム・プログラム

今日の目標：スタートを無駄なく出来るようになる。
コースの有利な取り方を理解する。

- 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(スキップ-)【三輪様】、b.メインリマー【林様】、c.ジブトリマー【上村様】
 - B.デッキクルー：d.ミドル【吉川様】、e.マストマン【ユッカ様】、f.バウマン【寺川様】
 - g.スピントリマー(ジブトリマーと兼務)【長森様】
 - ・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。
 - ・レースに有利なコース取りを理解する。
 - 練習海域(田尻マリーナ 関空沖周辺)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
- ・スタート練習をする。
 - スタート5分前での位置取り。
 - 5分間でどれだけ移動できるかを知る。
 - 練習後、風向風速・潮流の影響を協議する。
- 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：田尻マリーナ 関空沖周辺)
- ・スタート練習をする。
 - スタート5分前での位置取り。
 - ・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。)
 - ・検討したコースの状況を確認する。(艇上での意見交換)
- 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