

6月9日 関西ヨットレースチーム・プログラム

レベル3：5～7月の目標

- ・レベル1、2に追加して
- ・コースの有利な取り方を理解する。
- ・戦術について理解する。
- ・スタートを無駄なく出来るようになる。
- ・マーク回航を無駄なく出来るようになる。

今日の目標： 海況、風位、風速に合わせた、メインとジブのセールトリムが無駄なく出来るようになる。

スピナーカーで、ジャイピングが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。

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(スツァー)【長森様】、b.メインリマー【寺川様】、c.ジブトリマー【ユッカ様】
 - B.デッキクルー：d.ミドル【上村様】、e.マストマン【三輪様】、f.ハウスマン【林様】
 - g.スピントリマー(ジブトリマーと兼務)【吉川様】
- ・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。
 - 実際に帆走練習するコースをレースコースに見立てる。
 - 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(帆走海域：田尻マリーナ 関空周辺)

- ・スタート練習を行う。
 - ポジションを入替えて練習する。

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 関空周辺)

- ・各風位、風速、海況に合わせたセールトリムを行なう。
- ・スピン操作(海象他の状況による。)
- ・レースに有利なコース取りを理解する。
 - 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