

## Plassering på rekka

Når du rir:

Heng godt ut med overkroppen. Hvert gram teller!

Følg med på båts bevegelse, og flytt deg ut og inn på ripa med båts krengeing.

1: Fordekk

2: Mast

3: Luke

6: Gen3

5: Gen2

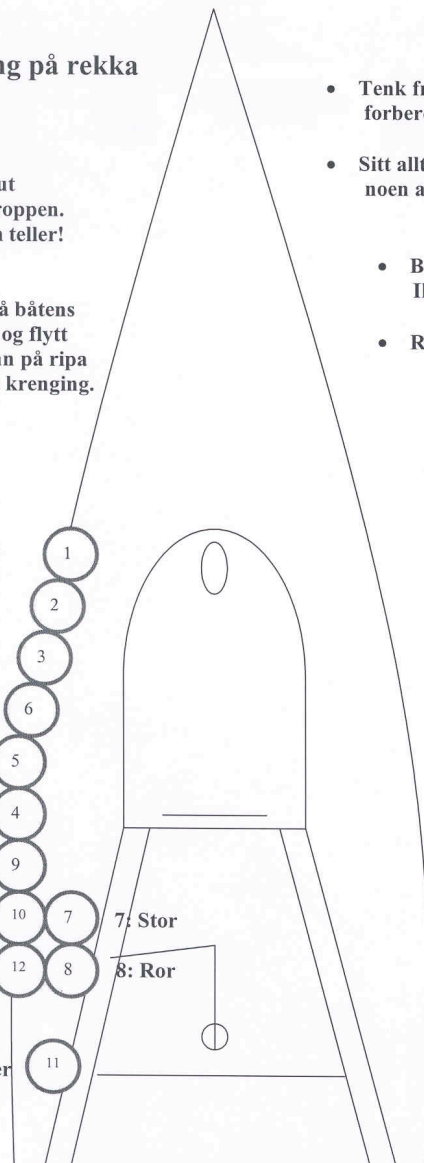
4: Gen1

9: Tak1

10: Tak2

12: Res.

11: Taktiker



- Tenk fremover og vær fokusert og forberedt på neste oppgave hele tiden.
- Sitt alltid ned når du ikke utfører noen av dine oppgaver.
  - Beveg deg smidig ombord  
Ikke trampe....
  - Rolige bevegelser i lite vind.

## Posisjonskort Pos nr 7 – Storseil

- Løsne alle trimliner, kick, cunningham, uthal, checkstag, skjøte før heis av storseil.**
- Kontinuerlig trim av storseil under seilas. Alle trimliner og skjøter skal brukes aktivt for å oppnå max fart og høyde. Følg med på instrumentene.**
- Kommunisér med rormann om kraft og balanse, bruk løygangen for å justere i kastevind. Kick må være klar til å løses ut ved fare for broach!**
- Ved rask duck og toppmerket skal storseilet ut FØRST! Det skal ikke være press i seilet ved runding. Da klarer ikke rormann å falle av.**
- Ved bunnmerket skal storseilet inn FØRST! Det skal være skjøtet helt inn i det rormann loffer opp rundt merket, slik at båten er på full krysskurs med en gang. Tidlig press i storseilet hjelper båten rundt merket.**
- Husk å trimme seilet dypt på lenseleggen. Stramme trimliner før bunnmerket!**
- Storseilet skal skjøtes raskt inn til senterlinjen idet spinnakerbommen trippes, mens spinnaker flys på skjøtene.**
- På slør med spinnaker må seilet skjøtes noe mere inn enn vanlig for ikke å ødelegge for vindstrømmen over spinnakeren.**
- Du er selv ansvarlig for at det utstyret DU bruker, er i orden og vedlikeholdt til enhver tid. Gi beskjed hvis noe går i stykker, og be om hjelp hvis du er usikker.**