

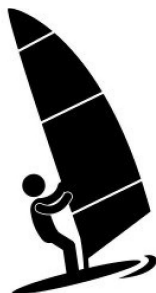
J'affine mes réglages en 5 étapes

Etape 1

Questionnaire "avant de commencer": coche la réponse:

Il m'est déjà arrivé de partir :

- avec le wishbone trop haut pour moi : oui non
avec le wishbone trop bas pour moi: oui non
avec les bouts de harnais vers le haut: oui non
avec les bouts trop en avant / en arrière pour moi: oui non
sans bouts de harnais : oui non
avec le tire veille décroché: : oui non



Etape 2

Après la navigation je mesure:

la hauteur de mon wishbone : _____
le nombre de mains + doigts du 1er bout de harnais: ___m ___d
l'écart entre mes bouts: ___m ___d

Voile: _____ m2. Mât: _____ cm. Wish: _____ cm.
Longueur du bout restant au pied de mât: _____
Longueur du bout restant au wishbone: _____

Distance du pied de mât à l'arrière de la glissière: _____ cm
J'indique la force du vent en noeuds : maximum _____ noeuds,
mini _____ noeuds

Etape 3

 Recueil de navigation:

Date	Taille de voile	Noeuds	Ressenti

Etape 4

 J'anticipe sur les conditions:

Si il y a	Je navigue en
Entre 0 et 6 noeuds (force 0 à 2) Petite brise	m2
Entre 7 et 10 noeuds (force 3) Jolie brise	m2
Entre 11 et 16 noeuds (force 4) Bonne brise	m2
Entre 17 et 21 noeuds (force 5) Vent frais	m2

Etape 5

 Pendant une navigation, je modifie 4 réglages:

Je modifie	Et cela change:
+ 3 cm étarquage à l'amure	
+ 3 cm étarquage à l'écoute	
+ 3 cm pied de mât en arrière (libre)	