

Info-avond wedstrijd-sturen bij Salland d.d. 21-01-2015:
Presentatie door wedstrijd-stuurvrouw Linde van Tilburg van RV Gyas.

Stuurtechniek: Basis regels:

- **Elke roeruitslag is weerstand.**
- **Kortste weg is een rechte lijn van A naar B.**

Item: **Roerblad stabiel houden**

Waarom: Trillingen in roerblad, is weerstand.
Voorkomen van ongewenste koersveranderingen.

Hoe: Stuur-touwen / kabels strak houden !

Item: **Stuur-touwen zo min mogelijk bewegen.**

Waarom: Voorkomen van koerswisselingen in geplande koers waardoor wordt afgeweken van de rechte lijn van A naar B..

Hoe: Bij houten klosjes aan stuurtoew b.v. de pinken over de boord-rand houden.

Lusjes aan beide stuurtoewen zijn beter.

Duimen in de lusjes en handen om boordrand houden.

Item: **Strak sturen, in één recht lijn.**

Hoe: Focus ver vooruit.

Oefen de rechte koers door dicht langs de kant te sturen.

Koersafwijkingen nu beter waar te nemen dan op ruim water.

Item: **Bestuderen baan-traject**

Waarom: Kortste traject-afstand bepalen.

Hoe: Op baan-kaart de traject-lijnen in tekenen.

Bocht(en)-traject bepalen door kortst haalbare koerslijnen in te tekenen.

Ga met baan-kaart langs de baan om deze koerslijnen in te prenten.

Item: **Inhalen**

Aandachtspunt: - Traject vanuit stuurpositie moeilijk in te schatten.

- Neem niet te veel risico's !

Overige punten - Coach - Stuur verstandhoudingen.

die moeilijk zijn - Coach - Team verbeteringen.

uit te schrijven: - Stuur - Team interacties.

- Stuur-commando's. Veel variaties getoond in YouTube films

Bovenstaande is slechts een zeer korte samenvatting van de kernpunten die mij hebben aangesproken en die redelijk te beschrijven waren.

Hendrik Veen.