



Har du talt med din opmand i dag?

Kapsejldslederseminar 2025

Tim Krat, Jacob Mossin Andersen, Marta Lloret Llinares, Line Juhl



Program

- Opmandsdialog (på vandet)
 - Tim og Line
- Dommerdialog (på vandet)
 - Jacob
- Sejlerdialog
 - Marta og Line

Hvordan snakker opmænd med
hinanden på vandet?



Opmandsdialog

- Målet er en klar og tydelige dialog, som via italesatte kendsgerninger giver hurtigere og præcise afgørelser.
- Vi tager udgangspunkt i de engelske udtryk, da de er (mere) simple og præcise og kan bruges sammen med udenlandske opmænd.





Fire dialogtyper

- Retten til vejen (RRS 10-13, 15, 16, 21)
- Rigtig kurs (RRS 17, 23)
- Mærker og hindringer (18, 19, 43)
- Plads til at vende (RRS 20)

Dialog om retten til vejen gælder altid, mens de andre typer dialoger kun gælder i visse situationer.

Der skal få kendsgerninger til at beslutte udfaldet af situationer, så derfor skal man kun snakke om de vigtige kendsgerninger.



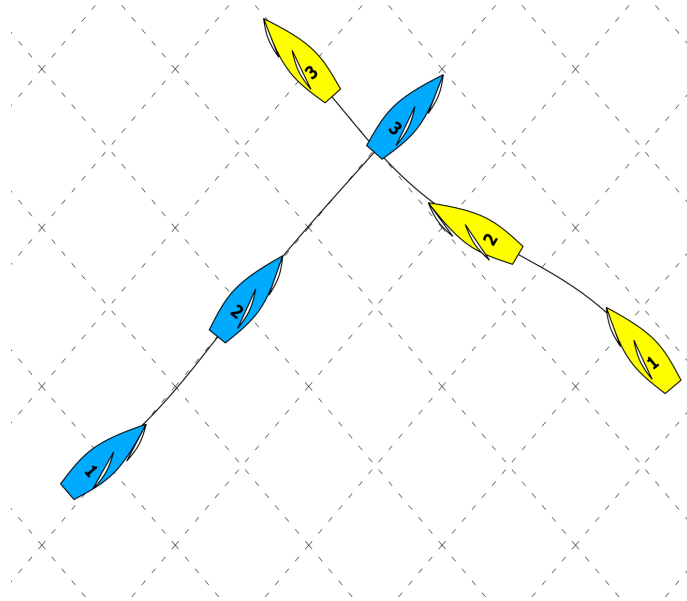
RRS 10-12



Retten til vejen RRS 10-12			
Sæt scenen Siges når en potentiel hændelse identificeres	Starboard right / Port give (RRS 10) Leeward right / Windward give (RRS 11) Ahead right / Astern give (RRS 12)		
Nye kendsgerninger Siges når det foregår	Overlap / Clear Gybe		
Handlings-kendsgerninger Siges efter at scenen er sat Gentages gennem hele hændelsen	<table><tr><td><u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid </td><td><u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear </td></tr></table>	<u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear
<u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear		



Situation 1

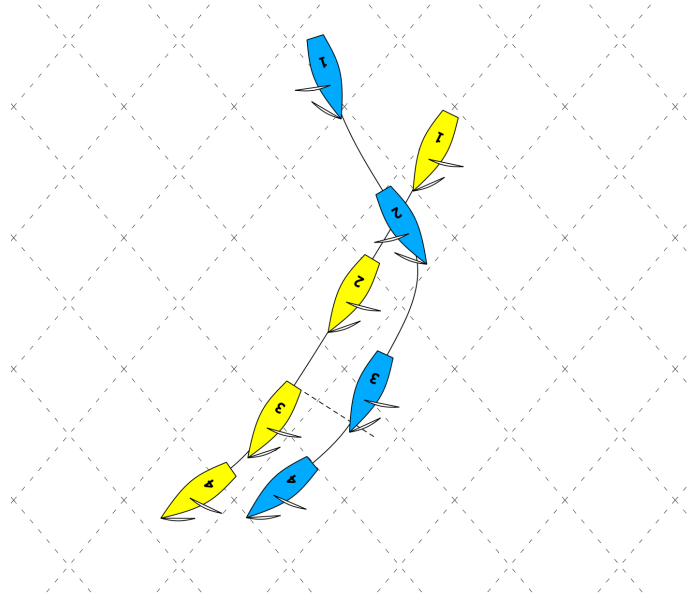


Position	GUL	BLÅ
1	Jeg er GUL Starboard right Holding	Jeg er BLÅ Port give Keeping clear
2	Changing	Keeping clear
3	Holding	Keeping clear





Situation 2



Position	GUL	BLÅ
1	Jeg er GUL Starboard right Holding	Jeg er BLÅ Port give Keeping clear
2	Holding	Keeping clear
3	Holding	Gybe Leeward right
4	Keeping clear	Changing



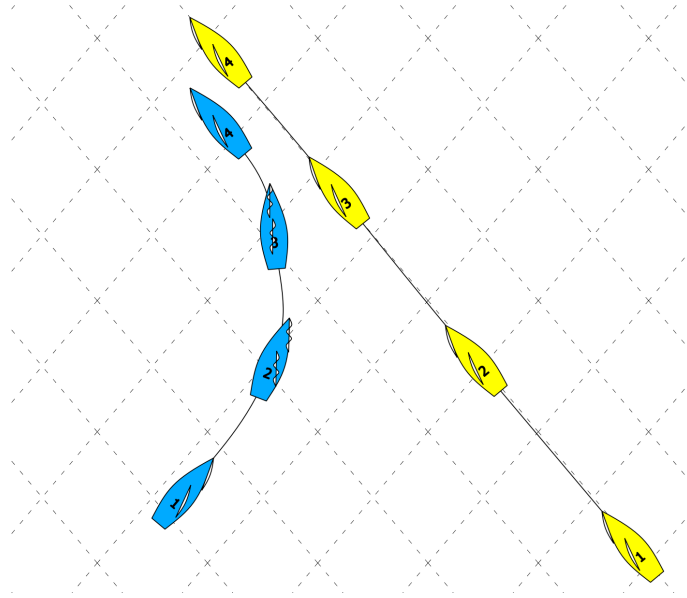
+ RRS 13



Retten til vejen RRS 10-13			
Sæt scenen Siges når en potentiel hændelse identificeres	Starboard right / Port give (RRS 10) Leeward right / Windward give (RRS 11) Ahead right / Astern give (RRS 12)		
Nye kendsgerninger Siges når det foregår	Overlap / Clear Gybe Luffing - Tacking – Done		
Handlings-kendsgerninger Siges efter at scenen er sat Gentages gennem hele hændelsen	<table><tr><td><u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid </td><td><u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear </td></tr></table>	<u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear
<u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear		



Situation 3



Position	BLÅ	GUL
1	Jeg er BLÅ. Port give Keeping clear	Jeg er GUL. Starboard right Holding
2	Luffing (Keeping clear)	Holding
3	Tacking (Keeping clear)	Holding
4	Done Leeward right Holding	Keeping clear



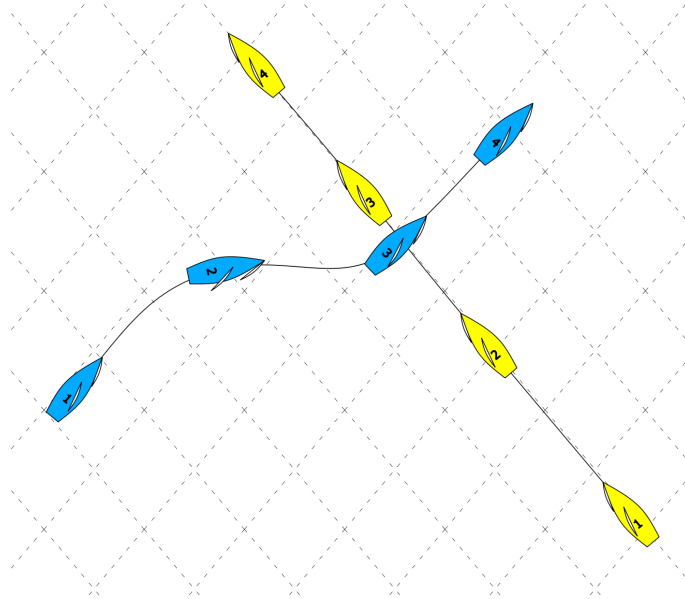
+ RRS 15, 16 og 21



	Retten til vejen RRS 10-13, 15, 16, 21	
Sæt scenen Siges når en potentiel hændelse identificeres	Starboard right / Port give (RRS 10) Leeward right / Windward give (RRS 11) Ahead right / Astern give (RRS 12)	
Nye kendsgerninger Siges når det foregår	Overlap / Clear Gybe Dipping (bagbord båd går bagom) Luffing - Tacking – Done	
Handlings-kendsgerninger Siges efter at scenen er sat Gentages gennem hele hændelsen	<u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear • Reacted immediately/doing all I can • Reacted late/can do more/on me



Situation 4



Position	GUL	BLÅ
1	Jeg er GUL. Starboard right Holding	Jeg er BLÅ. Port give Keeping clear
2	Holding	Dipping
3	Holding	Keeping clear
4	<i>No incident</i>	<i>Agree</i>



Dialog om protester og afgørelser



Dialog om afgørelser

- Penalty on X
- No incident (clean)
- Incident closed (no protest)
- Do you agree?
- Agree/disagree/didn't see

Kendsgerninger ved protester

- Contact
- Protest hail; Flag

Straf

- Green/red/black flag

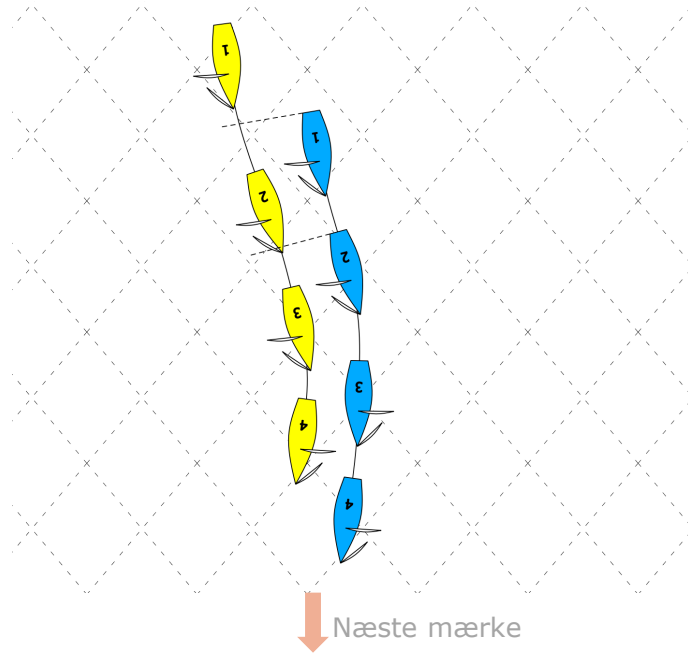
Rigtig kurs



	Retten til vejen RRS 10-13, 15, 16, 21		Rigtig kurs RRS 17, 23.2
Sæt scenen Siges når en potentiel hændelse identificeres	Starboard right / Port give (RRS 10) Leeward right / Windward give (RRS 11) Ahead right / Astern give (RRS 12)		
Nye kendsgerninger Siges når det foregår	Overlap / Clear Gybe Dipping (bagbord båd går bagom) Luffing - Tacking – Done		17 on/off
Handlings-kendsgerninger Siges efter at scenen er sat Gentages gennem hele hændelsen	<u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear • Reacted immediately/doing all I can • Reacted late/can do more/on me	<u>Læ båd</u> • Above • Proper • Not proper (23.2) Supplér med dialog om retten til vejen



Situation 5



Position	GUL	BLÅ
1	Jeg er GUL. Astern give Keeping clear	Jeg er BLÅ. Ahead right Holding
2	Leeward right 17 on Holding	Keeping clear
3	Holding Proper	Gybe Starboard right Holding 17 off
4	Gybe Windward give Keeping clear	Holding



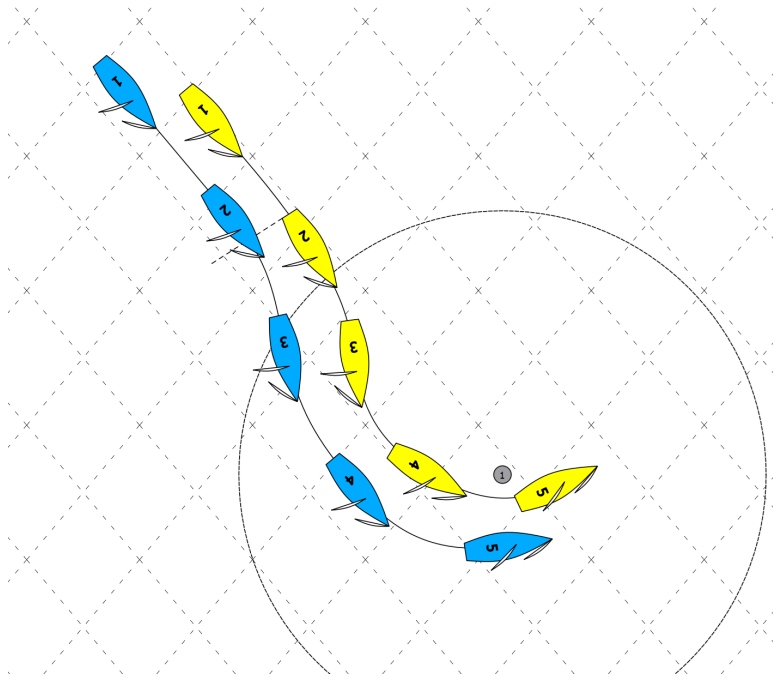
Mærker og hindringer



	Retten til vejen RRS 10-13, 15, 16, 21		Rigtig kurs RRS 17, 23.2	Mærker og hindringer RRS 18, 19, 43
Sæt scenen Siges når en potentiel hændelse identificeres	Starboard right / Port give (RRS 10) Leeward right / Windward give (RRS 11) Ahead right / Astern give (RRS 12)			
Nye kendsgerninger Siges når det foregår	Overlap / Clear Gybe Dipping (bagbord båd går bagom) Luffing - Tacking - Done		17 on/off	Zone Obstruction Tacking outside/in zone
Handlings-kendsgerninger Siges efter at scenen er sat Gentages gennem hele hændelsen	<u>Båden med retten til vejen</u> - Holding - Changing - Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> - Keeping clear/Not keeping clear - Reacted immediately/doing all I can - Reacted late/can do more/on me	<u>Læ båd</u> - Above - Proper - Not proper (23.2) Supplér med dialog om retten til vejen.	<u>Båden med plads eller mærke-plads</u> In room/corridor Wide Need room Hvis "wide", så supplér med dialog om retten til vejen.



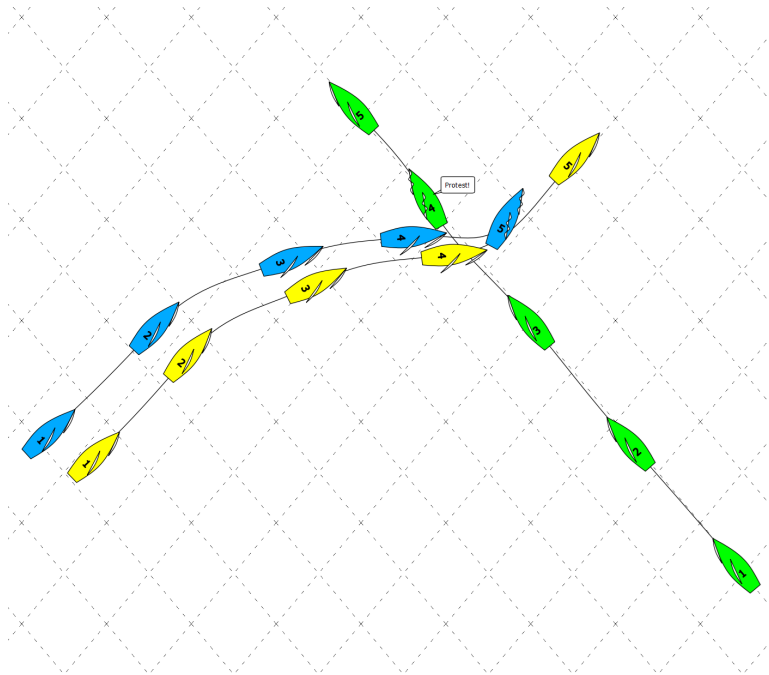
Situation 6



Position	GUL	BLÅ
1	Jeg er GUL Windward give. Keeping clear	Jeg er BLÅ Leeward right Holding
2	Zone Overlapped, in corridor	Must give mark-room Holding
3	Wide	Bore away to avoid Penalty on you
4	Agree In corridor	Changing Giving mark- room
5	Keeping clear Incident closed	Agree Mark-room given



Situation 7



Position	GUL	BLÅ
1	Jeg er GUL Leeward right Holding	Jeg er BLÅ Windward give Keeping clear
2	Holding	Keeping clear
3	Dipping behind GRØN on starboard	Need room
4	At obstruction	In room Contact with GRØN Protest hail Penalty on GUL
5	Agree Red flag on GUL Do you agree?	Agree Red flag on GUL



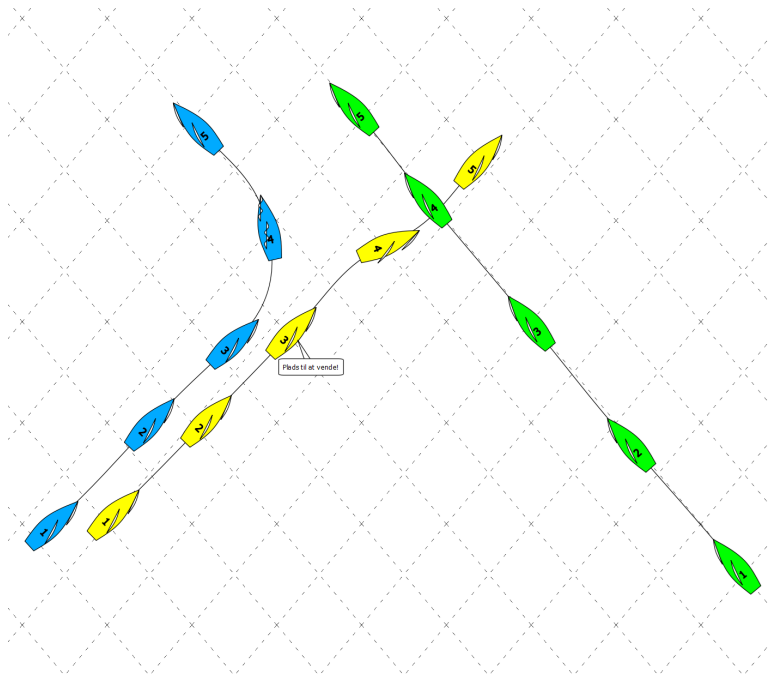
Plads til at vende



	Retten til vejen RRS 10-13, 15, 16, 21		Rigtig kurs RRS 17, 23.2	Mærker og hindringer RRS 18, 19, 43	Plads til at vende RRS 20
Sæt scenen Siges når en potentiel hændelse identificeres	Starboard right / Port give Leeward right / Windward give Ahead right / Astern give				
Nye kendsgerninger Siges når det foregår	Overlap / Clear Luffing - Tacking – Done Dipping (bagbord båd går bagom) Gybe		17 on/off	Zone Obstruction Tacking outside/in zone	20 on Hail
Handlings-kendsgerninger Siges efter at scenen er sat Gentages gennem hele hændelsen	<u>Båden med retten til vejen</u> • Holding • Changing • Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> • Keeping clear/Not keeping clear • Reacted immediately/doing all I can • Reacted late/can do more/on me	<u>Læ båd</u> • Above • Proper • Not proper (23.2) Supplér med dialog om retten til vejen.	<u>Båden med plads eller mærkeplads</u> • In room/corridor • Wide • Need room Hvis "wide", så supplér med dialog om retten til vejen.	<u>Båden, der prajer</u> • Tacking • You tack • Late <u>Båden, der prajer</u> • Tacking • Late



Situation 8



Position	BLÅ	GUL
1	Jeg er BLÅ Windward give Keeping clear	Jeg er GUL Leeward right Holding
2	Keeping clear	Holding
3	Keeping clear	Hail 20 on
4	Luffing Tacking	Dipping on GRØN Penalty on GUL – not tacking
5	Agree Done Leeward on GRØN	Incident closed



Opmandsdialogskema



	Retten til vejen RRS 10-13, 15, 16, 21		Rigtig kurs RRS 17, 23.2	Mærker og hindringer RRS 18, 19, 43	Plads til at vende RRS 20
Sæt scenen Siges når en potentiel hændelse identificeres	Starboard right / Port give Leeward right / Windward give Ahead right / Astern give				
Nye kendsgerninger Siges når det foregår	Overlap / Clear Luffing - Tacking - Done Dipping (bagbord båd går bagom) Gybe		17 on/off	Zone Obstruction Tacking outside/in zone	20 on Hail
Handlings-kendsgerninger Siges efter at scenen er sat Gentages gennem hele hændelsen	<u>Båden med retten til vejen</u> - Holding - Changing - Luffing/bore away to avoid	<u>Båden, der skal holde klar</u> - Keeping clear/Not keeping clear - Reacted immediately/doing all I can - Reacted late/can do more/on me	<u>Læ båd</u> - Above - Proper - Not proper (23.2) Supplér med dialog om retten til vejen.	<u>Båden med plads eller mærkeplads</u> - In room/corridor - Wide - Need room Hvis "wide", så supplér med dialog om retten til vejen.	<u>Båden, der prajer</u> - Tacking - You tack - Late <u>Båden, der prajer</u> - Tacking - Late
Dialog om protest og afgørelse	Contact Protest hail; Flag Penalty on X No incident (clean) Incident closed (no protest) Do you agree? Agree/disagree/didn't see Green/red/black flag				

Hvordan snakker dommere med
hinanden på vandet?

To fokusområder hvis Tillæg P gælder



1. Regel 42-dømmning på vandet (gult flag).
2. Observer og vær vidne til Del 2-situationer på vandet (båd/båd-situationer).



To fokusområder hvis Tillæg P gælder



1. Regel 42-dømmning på vandet (gult flag).
2. Observer og vær vidne til Del 2-situationer på vandet (båd/båd-situationer).

Prioritering af regel 42



To fokusområder hvis Tillæg P gælder



1. Regel 42-dømmning på vandet (gult flag).
2. Observer og vær vidne til Del 2-situationer på vandet (båd/båd-situationer).

Prioritering af regel 42

Ikke meget tid til at se på
mærkerundinger



To fokusområder hvis Tillæg P gælder



1. Regel 42-dømmning på vandet (gult flag).
2. Observer og vær vidne til Del 2-situationer på vandet (båd/båd-situationer).

Prioritering af regel 42

Ikke meget tid til at se på
mærkerundinger - med mindre





RRS 42 - Kommunikation

- Kommunikation i båden
 - Snak sammen
 - Beskriv bådenes manøvrer for hinanden
 - Brug ordene fra regler og fortolkninger



RRS 42 - Kommunikation

- Kommunikation i båden
 - Snak sammen
 - Beskriv bådenes manøvrer for hinanden
 - Brug ordene fra regler og fortolkninger
- Teknisk regelbrud
 - Begge dommere er enige



RRS 42 - Kommunikation

- Kommunikation i båden
 - Snak sammen
 - Beskriv bådenes manøvrer for hinanden
 - Brug ordene fra regler og fortolkninger
- Teknisk regelbrud
 - Begge dommere er enige
- Taktisk regelbrud
 - Een dommer er nok – men vær klar til selv at forklare



RRS 42 - Kommunikation

Hvor beskriver vi bedst for vores kollega hvor og hvem vi observerer?

- Under starten:
 - Looking left/right



RRS 42 - Kommunikation

Hvor beskriver vi bedst for vores kollega hvor og hvem vi observerer?

- Under starten:
 - Looking left/right
- Andre steder på banen - brug urskiven:





RRS 42 - Kommunikation

Hvor beskriver vi bedst for vores kollega hvor og hvem vi observerer?

- Under starten:
 - Looking left/right
- Andre steder på banen - brug urskiven:



- Sejlnummer hvis synligt fra nuværende vinkel
- Særlige kendetegn på båden/sejleren



RRS 42 - Kommunikation

Hvad fokuserer vi på:

- Pump/fanning med skøde
 - Pull/release
 - Surfing possible (pump 8)?
 - Is already surfing (pump 12)?
 - Mere end ét pump pr. bølge



RRS 42 - Kommunikation

Hvad fokuserer vi på:

- Pump/fanning med skøde
 - Pull/release
 - Surfing possible (pump 8)?
 - Is already surfing (pump 12)?
 - Mere end ét pump pr. bølge
- Bodypump
 - Kropsbevægelser der resulterer i et 'svirp' af agterliget/sejlet (pump 6).
 - Overvej: er det kropsbevægelsen eller bølgers påvirkning der får agterliget til at slå?



RRS 42 - Kommunikation

Hvad fokuserer vi på:

- Vrik
 - Bakkes sejlet samtidig med vrik (scull 3)?
 - Er båden over bidevind og ændrer den kurs mod bidevind (scull 1)?
 - Under bidevind?
 - Vrikkes der gennem centerlinjen (scull 2)?



RRS 42 - Kommunikation

Hvad fokuserer vi på:

- Basis (enkelt rul)
 - Falder bådens fart efter en acceleration i slutningen stagvendingen/bomningen (basis 7)?
 - Laves der et rul efter båden er på bidevind (basis 6)?
- Rulle for at styre (rulle 6+7)
 - En krængning til læ for at falde af ...
 - En krængning til luv for at skære op ...



RRS 42 - Kommunikation

Hvad fokuserer vi på:

- Basis (enkelt rul)
 - Falder bådens fart efter en acceleration i slutningen stagvendingen/bomningen (basis 7)?
 - Laves der et rul efter båden er på bidevind (basis 6)?
- Rulle for at styre (rulle 6+7)
 - En krængning til læ for at falde af ...
 - En krængning til luv for at skære op ...
 - Bådens krængning skal stemme overens med bådens kursændring
 - Gentagne rulninger ikke relateret til bølgemønstre er rulning, som er forbudt i henhold til regel 42.2(b), også selvom båden ændrer kurs i hver rulning



RRS 42 - Kommunikation

Kommunikation med deltagere

- Mulighed for kontakt til dommerne
 - mellem sejladser
 - på land, fx under protesttiden
 - ... meddeles fx ved velkomst/skippermøde

Hvordan snakker vi med sejlerne?



Hvornår snakker vi med sejlerne?

- Skippermøde
- Under sejladsen
- Efter sejladsen
- Mellem sejladser på land
- Debrief



Skippermøde – hvad siger vi?



Skippermøde



- Velkommen
- Teamet
- Særlige regler
- Noget man skal være opmærksom på (hindring, flag, osv.)
- Kom til os, hvis I har spørgsmål
- God fornøjelse!

Ikke ret meget, vi er ikke hovedpersoner til stævnet!



Under sejladsen – hvad siger vi?

*Jeg protesterede
imod 2'eren, så I
ikke det? Har I
brug for briller?*



U1





Under sejladsen

- Vi svarer kun i henhold til reglerne – flag, sejlnumre, osv.
- Hvis sejlerne insisterer, kan vi sige, at vi snakker senere
- Hvis sejlerne forbryder sig mod god sportsmanship, kan båden straffes





Efter sejladsen – hvad siger vi?

*HVORFOR var
det et grøn
flag???
Han skulle
STRAFFES!!!!*





Efter sejladsen





Efter sejladsen





Efter sejladsen

- Vær enige om, hvem der fører ordet
- Tag solbrillerne af, hvis det giver mening
- Bed dem komme hen til jer eller sejl parallelt med dem
- Vær i øjenhøjde rent fysisk
- Forklar, hvad I så, og hvordan vi bruger reglerne – i stedet for at sige, at noget er "sandheden"
- Forklar evt. reglerne i to-tre andre scenarier, som passer til det, sejlerne oplevede
- Vær opmærksom på næste sejlads!



Efter sejladsen – hvad siger vi, hvis vedkommende er oprevet?

- Pas på, at du ikke lader dig rive med på samme måde
- Vær saglig og beskriv, hvad I så
- Mind dem om, at vi taler pænt til hinanden
- Hvis den anden dommer ser, at situationen bliver for svær, kan vedkommende evt. bryde ind og sige til sejleren, at I snakker sammen senere
- Acceptér, at ingen får gavn af samtalen
- Afbryd samtalen og sejl væk

Mellem sejladser på land – hvad gør vi?





Mellem sejladser på land

- Vær synlig
- Vær ikke tilgængelig, hvis du fx vil spise, tale i telefon
- Samme råd som på vandet, hvis I snakker om konkrete situationer
- Initiér gerne en samtale med sejlerne, hvis du har lyst, men undgå, at du altid ses med samme sejler/båd



Debrief – hvad siger vi?



*Det var altså
ikke det, der
skete - lille Ole
reagerede med
det samme!*

Debrief

- Inviter sejlerne til at stille spørgsmål
- Vær klar til at forklare, hvordan I så det
- Det er OK, hvis der er forskellige versioner – forklar for hver enkelt, hvordan reglerne anvendes
- Vær åben for spørgsmål og for at lære sammen
- Hvis det ser ud, som om du ikke lytter, vil sejlerne ikke opsøge dig





Opsummering

- Hvis vi er gode til at snakke om situationerne, bliver vi også gode til at:
 - Behandle protester hurtigt
 - Stille de rigtige spørgsmål
 - Skrive gode kendsgerninger
 - Komme til de rigtige afgørelser
- En af vores vigtigste opgaver er at hjælpe sejlerne og sørge for, at de forstår vores domme

Mange tak for i dag!