

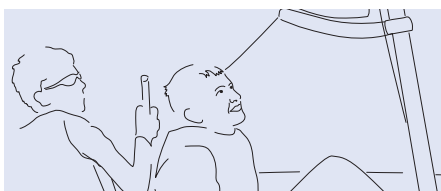


De 5 grundelementer



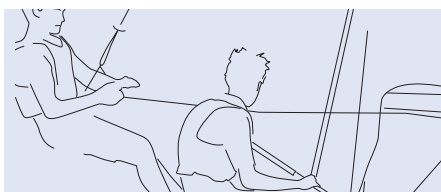
Kurs

Kontrollerer hele tiden den bedste sejlroute til målet. Hvis målet er lige op mod vinden bliver man nødt til at krydse for at komme dertil.



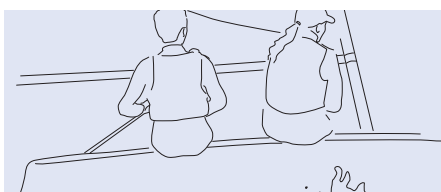
Sejltrim

Kontrollerer hele tiden, at sejlene er sat korrekt ved at observere ticklers eller ved langsomt at slække på sejlene indtil forliget blaffer, og derefter langsomt at trække sejlene ind igen, indtil de holder op med at blaffe. Efter et stykke tid, vil man udføre dette pr. refleks.



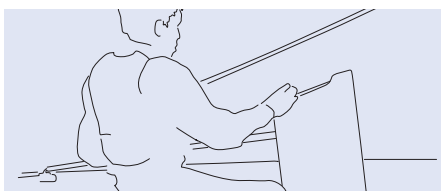
Balance

De fleste både sejler hurtigst når de ligger oprejst i vandet. Dette opnås ved at besætningen flytter deres vægt for at balancere båden. Når man sejler på bidevind krænger båden mere, så rorsmand og besætning bliver nødt til at hænge for at holde båden oprejst. På læns er krængningen mindre, hvorfor besætningen sætter sig modsat rorsmanden for at kontrabalancere rorsmandens vægt.



Bådtrim

Generelt bør båden ligge vandret i vandet for- og agterover. Afhængigt af forholdene skal rorsmand og besætning sidde tæt sammen for at undgå at båden trykkes overdrevent ned for eller agter.



Sværd

Sværdets stilling skal justeres i forhold til de sidelæns påvirkninger af båden. Mængden af den sidelæns påvirkning og dermed hvor langt nede sværdet skal placeres varierer fra maksimum, når man er på bidevind til næsten ingenting, når man er på plat læns.