

# Προετοιμασία σκάφους και πλήρώματος πριν τον αγώνα

Η προετοιμασία του αγώνα είναι μια διαδικασία ιδιαίτερα χρονοβόρα και επίπονη γιατί αφορά όλους τους τομείς του σκάφους. Ένα σωστά προετοιμασμένο πλήρωμα πρέπει να δουλεύει σαν ένα καλοκουρδισμένο ρολόι. Πολλές φορές λέμε ότι στην ιστιοπλοία σημαντικός είναι ο παράγοντας τύχη. Όμως ένα ιδανικά προετοιμασμένο σκάφος και πλήρωμα αποκλείεται να μην δικαιωθεί.









του πληρώματος ώστε στην επόμενη να μην επαναληφθούν. Όταν μια δύσκολη κίνηση την κάνουμε να φαίνεται απλή τότε την έχουμε κάνει σωστά. Πλησιάζοντας τις μέρες των αγώνων οι προπονήσεις είναι πια μια πραγματική προσομείωση αγώνα. Στήνουμε σηματοδρές και προπονούμαστε σε εκκινήσεις και διαδρομές όρτσα – πρύμα. Βασικό στοιχείο της προετοιμασίας του αγώνα είναι η λήψη έγκυρων μετεωρολογικών προγνώσεων καθ' όλη την διάρκειά τους.

### Πριν την εκκίνηση

Επιλέγουμε τα κατάλληλα πανιά ανάλογα με τις πλεύσεις και τις προβλεπόμενες εντάσεις ανέμου, πάντα σύμφωνα με τους κανονισμούς.

Προσέχουμε ώστε το πλήρωμα να έχει τη σωστή ενδυμασία και αποφεύγουμε τα περιττά βάρη μέσα στο σκάφος.

Βγαίνουμε από το λιμάνι τουλάχιστον 1 ώρα πριν την εκκίνηση για να εγκλιματιστούμε στις συνθήκες. Ταξιδεύουμε το σκάφος, ελέγχουμε την γραμμή της εκκίνησης τις αλλαγές του αέρα και το ρεύμα, καταστρώνουμε την στρατηγική μας και είμαστε συγκεντρωμένοι και ψύχραιμοι σε όλη την διάρκεια της διαδικασίας της εκκίνησης.

### Προετοιμασία σκάφους

Δεν υπάρχει τίποτα πιο σημαντικό από το να έχουμε το σκάφος μας σε άψογη κατάσταση. Η προετοιμασία του περιλαμβάνει κυρίως ελέγχους από την πλώρη έως την πρύμνη, από τα ύφαλα έως την κορυφή του καταρτιού. Κι αν αυτό σας φαίνεται δύσκολο στη συνέχεια θα βρείτε ένα βολικό και χρηστικό τρόπο για να μη ξεχάσετε τίποτα. Το παρακάτω Check list είναι πραγματικά χρήσιμο!

### Προετοιμασία πληρώματος

Οι προπονήσεις ξεκινάνε 1-1,5 μήνα πριν τον αγώνα και εντείνονται όσο πλησιάζουν οι αγώνες. Στις αρχικές προπονήσεις ταξιδεύουμε το σκάφος χωρίς πολύπλοκες μανούβρες για να βεβαιωθούμε ότι όλα δουλεύουν σωστά. Κάνουμε το tuning του άλμπουρου και καθιστούμε 2 μέλη του πληρώματος ως υπεύθυνα γι αυτό. Χωρίζουμε το πλήρωμα σε 3 ομάδες, πλώρη, άλμπουρο και κόκπιτ και φροντίζουμε να είναι ο καθένας υπεύθυνος της θέσης και της περιοχής που δουλεύει.

Στα αρχικά στάδια των προπονήσεων σημαντικό είναι να γίνεται αλλαγή θέσεων (job rotation) έτσι όλοι να έχουν γνώση των αναγκών όλων των θέσεων πάνω σκάφος.

Το πλήρωμα θα πρέπει να δουλεύει σαν μια καλά συντονισμένη ομάδα οπότε όλες οι εντολές θα πρέπει να μεταφέρονται και να εκτελούνται σωστά και έγκαιρα. Τα πολικά διαγράμματα πρέπει να είναι σε ένα εμφανές σημείο ώστε το σκάφος πάντα να ταξιδεύει με την μέγιστη ταχύτητα στη σωστή γωνία. Με την πάροδο του χρόνου οι προπονήσεις γίνονται εντατικές και πιο πολύπλοκες. Μετά από κάθε προπόνηση γίνεται συζήτηση πάνω στις ατέλειες και τα λάθη





### Ύφαλα & Έξαλα

- Καθαρά και λεία ύφαλα
- Καθαρή προπέλα
- Καθαρό ποδάρι
- Άξονας τιμονιού χωρίς τζόγο
- Μουράβια (Περασμένη με πιστόλι)
- Γυάλισμα έξαλων
- Βάνες σε άψογη λειτουργία

Σημ.: Τα ύφαλα του σκάφους πρέπει να είναι λεία. Πιθανά χτυπήματα, ανωμαλίες και μικρά σπασίματα πρέπει να επισκευάζονται. Η μουράβια πρέπει να είναι περασμένη με πιστόλι και να ελέγχεται σχολαστικά για τέλεια επιφάνεια χωρίς μπιμπικία.

### Εξοπλισμός ασφαλείας

- Σωσίβια
- Βεγγαλικά - Φωτοβολίδες - Καπνογόνα
- Άγκυρες - Πλωτή άγκυρα
- Κόφτης συρματοσχοινίων
- Σιδεροπρίονο
- Radar reflector
- Ραδιόφωνο
- Ζώνες ασφαλείας
- Φακοί
- Βιβλίο πρώτων βοηθειών
- Χάρτες πορτολάνες
- Φαρμακείο
- Πυροσβεστήρες
- Κουβάδες
- Life raft
- Πέταλο
- Σημιαίaki άνθρωπος στη θάλασσα
- Εργαλεία
- Πετρέλαιο min 9 ώρες
- Emergency Water
- Sail repair kit
- VHF

### Εξαρτία

- Ράουλα μανταριών
- Windex & Ανεμόμετρο (σωστές ενδείξεις)
- Φώτα ναυσιπλοΐας
- Ιστιοπλοϊκά όργανα
- Μαντάρια (για φθορές)
- Βάσεις σταυρών
- Πρότονος (Tuff luff)
- Ξαρτόριζες
- Goose neck
- Βάση Boomvang
- Ράουλα καταρτιού και μάτσας
- Σύστημα επιτόνου και βαρδαριών
- Σπινακόξυλο

### Κατάστρωμα

- Βίντζια (καθάρισμα, λίπανση)
- Φρένα μανταριών
- Σύστημα πηδαλίου (ντίζες)
- Σκότες & Κλιπς
- Κολωνάκια
- Ρέλια (άνετα και σίγουρα)
- 

Σημ.: Πολύ σημαντικό είναι το καλιμπράρισμα των οργάνων. Τα πανιά και ο εξοπλισμός ασφαλείας να είναι τοποθετημένα έτσι ώστε το σκάφος να στέκεται σωστά μέσα στο νερό σύμφωνα με το πιστοποιητικό μας.

### Εφεδρικός εξοπλισμός

- Σκότες
- Ράουλα
- Διάφορα εξαρτήματα (βιντζιών κ.λ.π.)
- Λάμπες για τα φώτα ναυσιπλοΐας
- Σχοινί με κόμπους (σε περίπτωση που πιάσουμε σακούλα)

### Μηχανή

- Service
- Φορτισμένες μπαταρίες