

# Seglarseminarium i Stockholm

<b>TRIM</b>	heldag (del 1+2)	13 feb	kl. 9.00-17.00
	kväll, del 1	17 feb	kl.18.00-21.00
	kväll, del 2	24 feb	kl.18.00-21.00
<b>TAKTIK</b>	heldag (del 1+2)	13 mars	kl. 9.00-17.00
	kväll, del 1	17 mars	kl.18.00-21.00
	kväll, del 2	24 mars	kl.18.00-21.00

## TRIM

Du kommer att lära dig det grundläggande om kryss trim samt mer avancerad teknik som balans, anfallsvinkel, segeldjup, och twist både för storsegel och försegel för att optimera fart och höjdtagning i alla förhållanden. Genom animerad grafik, foton och rörliga bilder får du se hur mästarna gör.

Dessutom tar kursen upp det senaste om trim och kontroll för undanvinds segling både för konventionella och asymmetriska spinnakrar. Under seminariet visas även beprövade metoder för båthantering som ger dig kontroll. Du får se sättningar/gippar/nedtagningar i olika vindförhållanden med olika typer av undanvindssegel och får verktygen att göra seglingen effektivare, snabbare och roligare.

## TAKTIK

Vind & Strategi; Seminariet lär dig förutspå vind, vindskiften och strömmar. och hur du lägger upp din strategi utifrån väderprognosen. Vi simulerar vindskiften för att visa dig konsekvenserna av vindskiften på kryss, och insikt och konsekvenser av vindskiften på undanvinden.

Kursen förbereder dig även för kappseglingar där du inte har möjlighet att förutspå väder förändringar.

Du får lära att lägga en strategi och göra en plan inför start och att följa strategin runt banan. Du lär dig också att utvärdera under racets gång för att sedan revidera eller överge strategin utifrån ändrade förhållanden. Regler & Taktik; Vi använder taktik för att genomföra vår strategi. För varje banben tittar vi på vilka taktiska verktyg och vapen som vi kan använda för att fullfölja vår strategi. Men visst, du kan inte spela spelet om du inte känner till reglerna. North U Taktik seminariet lär dig reglerna och dess principer. Du kommer se och förstå regelverket och hur konflikter löses i dina olika positioner över banan. Reglerna styr och kontrollerar taktiken, seminariet lär dig använda reglerna runt banan och hur du kan positionera dig för att dra bästa nyttan.

**Anmäl dig** på [www.northsails.se](http://www.northsails.se) under fliken North U. mer info: 070-461 53 31

**Plats:** North Sails, Ängshydevägen 1, Lidingö

**Pris:** 550 kr/del, heldag 1100 kr. Litteratur/bok 200kr vid köp i samband med seminarium.

# North U.

