

SET-UP		4 - 7 knopen wind	7 - 11 knopen wind	11 - 18 knopen wind	18+ knopen wind
Stagspanning	Gemeten op voorstag	17 - 18	18 - 19	21 - 22	21 - 24
Bridle	(Verticale afstand van het dek tot de as van het bridle-blok)	-0 cm (84 cm)	-1 tot -2 cm (82-83 cm)	-3 cm (81 cm)	-3 cm (81 cm)
Fokkerail		Buitenste pin			Geen pin (\pm 16+ knopen)
Jib angle		Bovenste gaatje			Middelste gaatje (\pm 16+ knopen)
Fokkeval		Zo los mogelijk, maar nooit zò los dat er 'slingers' in het voorlijk tussen de leuvers komen			(= helemaal doorhalen)
UPWIND		4 - 7 knopen wind	7 - 11 knopen wind	11 - 18 knopen wind	18+ knopen wind
Techniek		Cranking (\pm 4 - 11 knopen)		Vang-sheeting (\pm 11+ knopen)	
Aandachtspunten		<ul style="list-style-type: none"> Weinig kicker (bol grootzeil) Altijd veel grootschootspanning, grootschoot 'blok-op-blok' (spanning op achterlijk) In de vlagen: verder hangen, voorkom vieren van het grootzeil Bemanning voor of ter hoogte van de zij-stag, geen bubbels bij de spiegel 		<ul style="list-style-type: none"> Veel kicker (vlakker grootzeil, spanning op achterlijk) Actieve grootschootvoering om boot perfect vlak te houden Bemanning altijd achter de zij-stag 	
Fokkeschoot		Uitgangspunt: Uiteinde zaligen in verlengde van de bovenste zeilvat van de fok (diepste punt van het onderlijk valt net binnen de dekrand)		Idem, maar mee vieren in de vlagen	
Grootschoot		Altijd veel grootschootspanning ('blok-op-blok')		Actieve grootschootvoering om boot perfect vlak te houden	
Outhaul	Onderlijkstrekker	Handbreedte tussen <u>lijzijde</u> van de giek en diepste punt onderlijk. Variëren aan golfslag		Handbreedte tussen <u>midden</u> van de giek en diepste punt zeil. Variëren aan golfslag	
Kicker / vang	Basisregel: Kicker meer aan zodra 'overpowered' (= grootzeil moeten vieren om de boot vlak te houden)	Kicker zetten*, 30-50% Bemanning trekt grootschoot 'blok-op-blok', dan haalt stuurman kicker net zo ver aan totdat hij gaat werken (stuurman voelt weerstand)		70-90%	Zo strak mogelijk, 90-100%
Cunningham		Geen		Geen	Doorhalen (optioneel**)
DOWNWIND		4 - 7 knopen wind	7 - 11 knopen wind	11 - 18 knopen wind	18+ knopen wind
Techniek		Displacement (\pm 4 - 7 knopen)	Semi-planeren (\pm 7 - 11 knopen)	Planeren (\pm 11+ knopen)	
Aandachtspunten		<ul style="list-style-type: none"> Neus constant in het water Gewicht voorin 	<ul style="list-style-type: none"> Neus net in het water Gewicht halverwege, naar voren en achteren 'lopen' door bemanning 	<ul style="list-style-type: none"> Neus uit het water Gewicht achterin 	
Fokkeschoot	Afstand schoothoek – fokkerail-blok	30 cm	30 cm	30 cm	
Grootschoot		Los (stand: ruime wind)	Voorlijk grootzeil mag niet killen (stand: halve wind), 'giek-op-hoekje'	Voorlijk grootzeil mag niet killen (stand: halve wind), 'giek-op-hoekje'	
Gennakerschoot		Altijd zo los mogelijk voor maximaal vermogen. Goed te zien aan het voorlijk van de gennaker, deze mag net gekruild zijn.			
Outhaul	Onderlijk	Helemaal los	Zelfde laten staan als upwind	Zelfde laten staan als upwind	
Kicker		Helemaal los (0%)	20-30%	50-60%	
Cunningham		Geen	Geen	Geen	
OVERIG		4 - 7 knopen wind	7 - 11 knopen wind	11 - 18 knopen wind	18+ knopen wind
Leechlines		Zo los mogelijk, maar nooit zò los dat het achterlijk begint te trillen			
Roer		20 cm omhoog (optioneel**)	Volledig naar beneden		
Zwaard		Alleen in downwind: 25 cm omhoog (optioneel**)	Volledig naar beneden		Bij veelvuldig terugbollen grootzeil: Zwaard 10 cm omhoog

* Kicker zetten: het grootzeil wordt hierdoor niet vlakker, maar kicker zorgt er voor dat de giek niet omhoog komt. Er blijft dus spanning op het achterlijk als je de grootschoot viert in de vlagen.

** *Optioneel*: Niet algemeen voorgeschreven, maar sommige teams gebruiken deze methode/techniek.