



## Duidelijkheid

Je krijgt na elke zeilles een pdf-bestand toegestuurd en hierin wordt aan de hand van afbeeldingen alles duidelijk uitgelegd, hierbij wordt geen enkele stap overgeslagen. Verder vind ik het erg belangrijk dat deelnemers begrijpen welke krachten invloed uitoefenen op de zeilboot en hoe we deze krachten in ons voordeel kunnen benutten. Als een zeiler zich niet bewust is van alle krachten dan kan hij deze factoren ook niet controleren.

Verder is deze zeilcursus bedoeld voor mensen die willen leren zeilen met een zeilboot van ongeveer 7 meter die voorzien is van een buitenboordmotor, ik durf zeker wel te zeggen dat als je goed kan zeilen met een boot van 7 meter dat je dan ook nog wel goed uit de weg komt met een boot zeilboot van 9 meter die ook voorzien is van een buitenboordmotor een inboard motor werkt namelijk weer net iets anders.

Het is in ieder geval een goed idee, om eerst te leren zeilen met een kleinere zeilboot voordat je de stap maakt naar een grotere zeilboot, op een kleinere zeilboot zie je sneller en duidelijker de reacties van jou acties!

Ik wens alle deelnemers alvast veel succes en motivatie!

## Waarom zeilen zo leuk is



Al zeilend speel je met de elementen wind en water en zit je midden in de natuur, daar ga je zo in op dat je de rest even helemaal vergeet. Dit geeft energie en is ook erg ontspannend. Verder is zeilen natuurlijk gezellig en je kunt makkelijk een duik in het water nemen.

Een zeilboot is ook zeer geschikt om mooie reizen te maken, zelfs in Nederland is er al veel te doen. De waddeneilanden zijn prachtig en ook zijn er veel gezellige plaatsjes in Nederland zoals Lemmer, Langweer, Heeg, Sneek, Enkhuizen, Medemblik en Spakenburg om er maar een paar te noemen. Verder ben je met een zeilboot redelijk snel in Scandinavië, Engeland of in Frankrijk. Ik denk dat ik hier niet veel meer aan toe hoef te voegen want zelfs eventjes het meer opvaren om vervolgens weer terug naar je eigen haven te varen is al hartstikke leuk.



De zeillessen beginnen altijd op de lesboot en deze begeeft zich aan het einde van de G-steiger.



Gratis parkeren



Strandweg 125, Zeewolde

Tijdens de zeilcursus maken we gebruik van het CWO vorderingsstaat, met behulp van het CWO vorderingsstaat kun je zien wat je al kan en wat je nog moet leren, verder kun je ook op bijvoorbeeld de overstag klikken en dan krijg je te zien wat je hier allemaal over moet weten.



Als je een vaardigheid al denkt te beheersen maar hij staat nog open dan is daar een reden voor.

Als een vaardigheid volledig is afgevinkt dan wordt er namelijk geen aandacht meer aan besteed en dat is niet altijd de bedoeling. Het is fijn om de puntjes op de i te zetten.

## De juiste zeilkleding

A photograph of two women on a sailboat. The woman on the left is wearing a grey beanie and a bright pink waterproof jacket. The woman on the right is wearing a bright orange waterproof jacket and is smiling. They are both holding onto the boat's rigging. The background shows a body of water and a hazy sky.

Controleer goed de weer apps en neem waterdichte kleding mee op dagen dat er regenbuien worden voorspelt. Hou er rekening mee dat niet alle buien worden voorspelt en dat buien eerder kunnen overkomen dan voorspelt. Wordt er nergens in de buurt een bui voorspelt dan zit je uiteraard wel safe.

Zeker in het voorjaar en in het najaar kan het koud zijn, dan is het verstandig om onder een zeiljas of onder een andere 100% waterdichte jas nog iets te dragen dat de warmte van je lichaam vasthoudt. Verder vind ik persoonlijk een regenbroek fijner dan een zeilbroek al helemaal als het gaat om de beweeglijkheid. De regenbroek die ik bedoel worden verkocht als sailing regenbroek of regatta regenbroek.

Een muts en waterdichte zeilhandschoenen zijn altijd fijn! Iedereen weet voor zichzelf ook wel wat werkt. Zo kan ik bij koud weer echt niet zonder (bivak)muts en de ander heeft dat weer met zeilhandschoenen.

Verder is het verstandig om een extra paar droge schoenen en sokken mee te nemen op regenachtige dagen.

Waterdichte zeillaarzen houden de voeten wel droog.

Schoenen moeten een niet afgevende zachte zool hebben.

Uiteraard met een soort van antislip systeem aangezien je op een zeilboot niet wilt uitglijden. Dit is zeer belangrijk voor de veiligheid.

## Een echte aanrader

Thermo Winter werkhandschoenen zijn ontworpen voor de meest veeleisende werkomstandigheden. Deze werkhandschoenen zijn waterdicht en houden je handen warm ook bij temperaturen rond de 0 graden, je hebt veel grip en je kunt nog steeds knopen leggen en dat lukt met de meeste handschoenen niet, echt duur zijn ze niet, je betaalt net iets meer dan 10 euro.

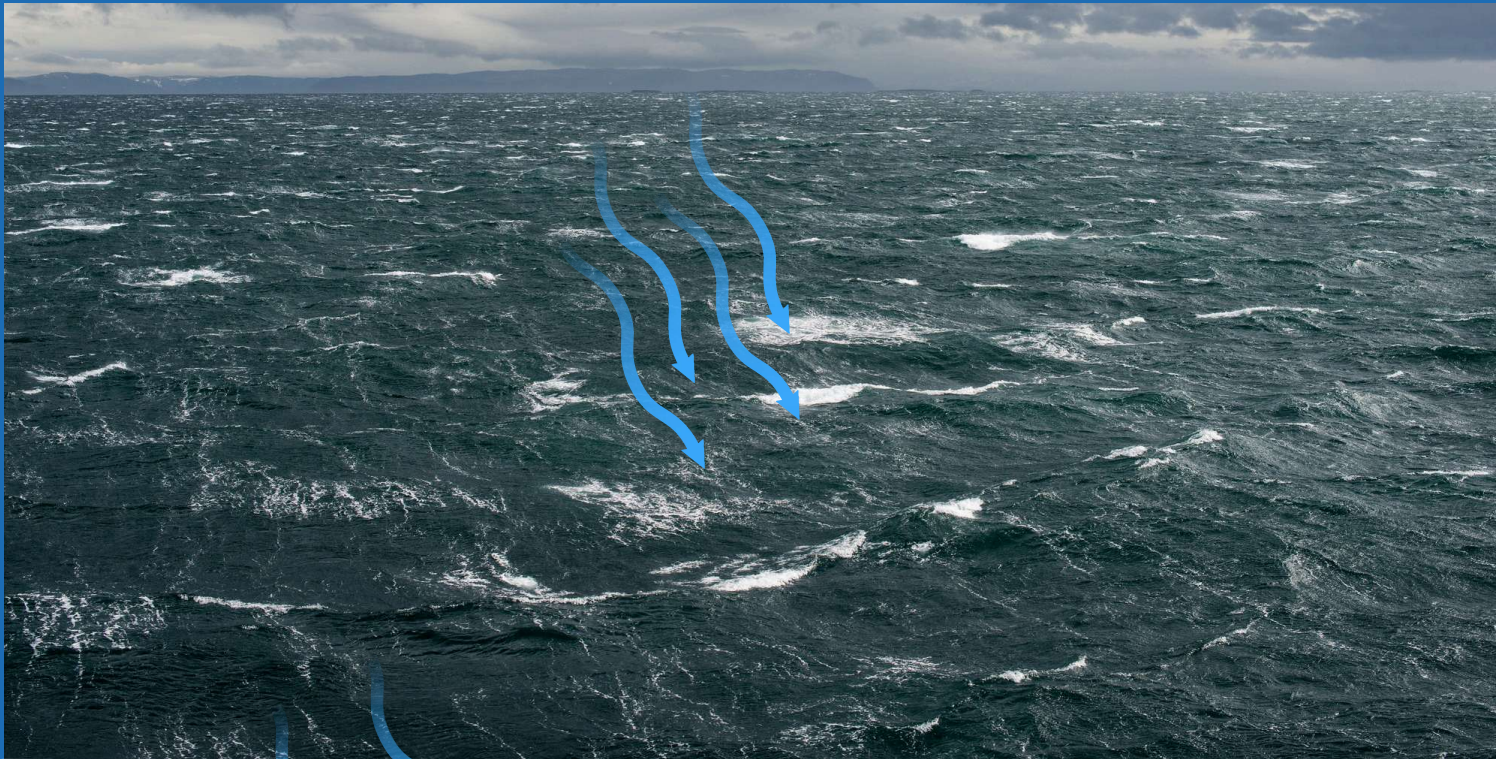


## De windrichting



Om te beginnen gaan we kijken hoe we steeds snel kunnen zien waar de wind vandaan komt. Je zult er snel achter komen dat er verschillende manieren zijn om de windrichting te bepalen.

Aangezien de golven door de wind worden opgestuwd, rollen de golven in dezelfde richting als de windrichting. Als de wind net gedraaid is dan kan het even duren voordat ze weer met de wind mee rollen.



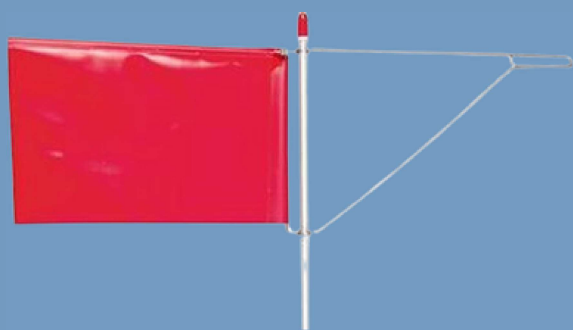


Waar de wind vandaan komt kun je ook voelen aan je gezicht. Als je evenveel wind voelt aan de linkerzijde als aan de rechterzijde van je gezicht dan wijst je neus de windrichting aan.

Uiteraard wijst het windvaantje ook de windrichting aan. Dit is de makkelijkste methode maar je moet ook zonder een windvaantje een goede inschatting kunnen maken.

Tijdens de cursus leer je ook hoe je aan de zeilen kan zien waar de wind vandaan komt, voor nu beperken we ons tot de golven, het windvaantje en de wind die je voelt in je gezicht.

## Windvaantjes



# De bolling in de zeilen

Je zou de zeilen kunnen zien als grote handen die de zeilboot vooruit trekken aan de punten waarop de zeilen vast zitten, zoals de mast, de giek en de voorstag waar de fok aan bevestigd zit.

Met kitesurfen trekt de kite (de grote vlieger) direct aan de surfer die weer op zijn beurt de deze kracht overbrengt op zijn surfboard.

De trekkende kracht van de bollende zeilen is bij kitesurfen goed te zien, daar waar de bolling naar toe wijst daar wil de kite naartoe.



De trekkende kracht van de bollende zeilen



De kiel en het roer van de zeilboot zorgen ervoor dat de zeilboot rechtdoor kan varen ondanks dat de zeilen de boot ook opzij trekken.

## Klapperende zeilen

Klapperende zeilen trekken de boot alle kanten op, de zeilen staan goed als ze net niet klapperen, we willen namelijk de bollende zeilen zoveel mogelijk de boot naar voren laten trekken. Door de zeilen zoveel mogelijk te laten vieren zonder dat ze gaan klapperen zorgen we ervoor dat de bolling van de zeilen maximaal naar voren staat gericht.

De grootschoot loopt van de giek naar de boot en daarmee verstel je de positie van de giek.

Je kunt de grootschoot aantrekken en laten vieren, dus met de grootschoot bepaal je de hoek van het grootzeil t.o.v. de wind.



De grootschoot is in dit voorbeeld bijna helemaal gevierd.

## De posities

De eerste zeillesen zijn altijd behoorlijk pittig er komt veel informatie op je af, vandaar dat ik dit echt probeer te beperken met de focus op het aller belangrijkste en dat zijn de posities en de zeilstanden die bij de posities horen. Dit is een onderwerp wat je niet moet onderschatten, het is namelijk zeer belangrijk om op elk moment te weten op welke positie je zit en waar je bij deze positie op moet letten. Verder is het belangrijk om snel van een positie naar een andere positie te kunnen sturen. Als je niet weet op welke positie de zeilboot zich bevind hoe ga je dan de andere posities vinden.

Laten we beginnen:

Positie 0 betekent dat je tegen de wind in vaart en het is onmogelijk om recht tegen de wind in te zeilen. Je kunt wel met de snelheid die je op een andere positie hebt gewonnen recht tegen de wind invaren totdat de zeilboot tot stilstand komt.



## De posities

Met positie 1 zeil je schuin tegen de wind in. Sturen we nog meer naar de wind dan gaan de zeilen klapperen en rem je af. Je kunt dus niet zeilen tussen positie 1 en 0. We kunnen dus pas zeilen vanaf positie 1.

Positie 2 is neutraal en je vaart niet tegen de wind in en ook niet met de wind mee.

Met positie 3 en 4 vaar je met de wind mee.

### Kort samengevat:

Tussen positie 0 en 1 rem je af.

Bij positie 1 vaar je schuin tegen de wind.

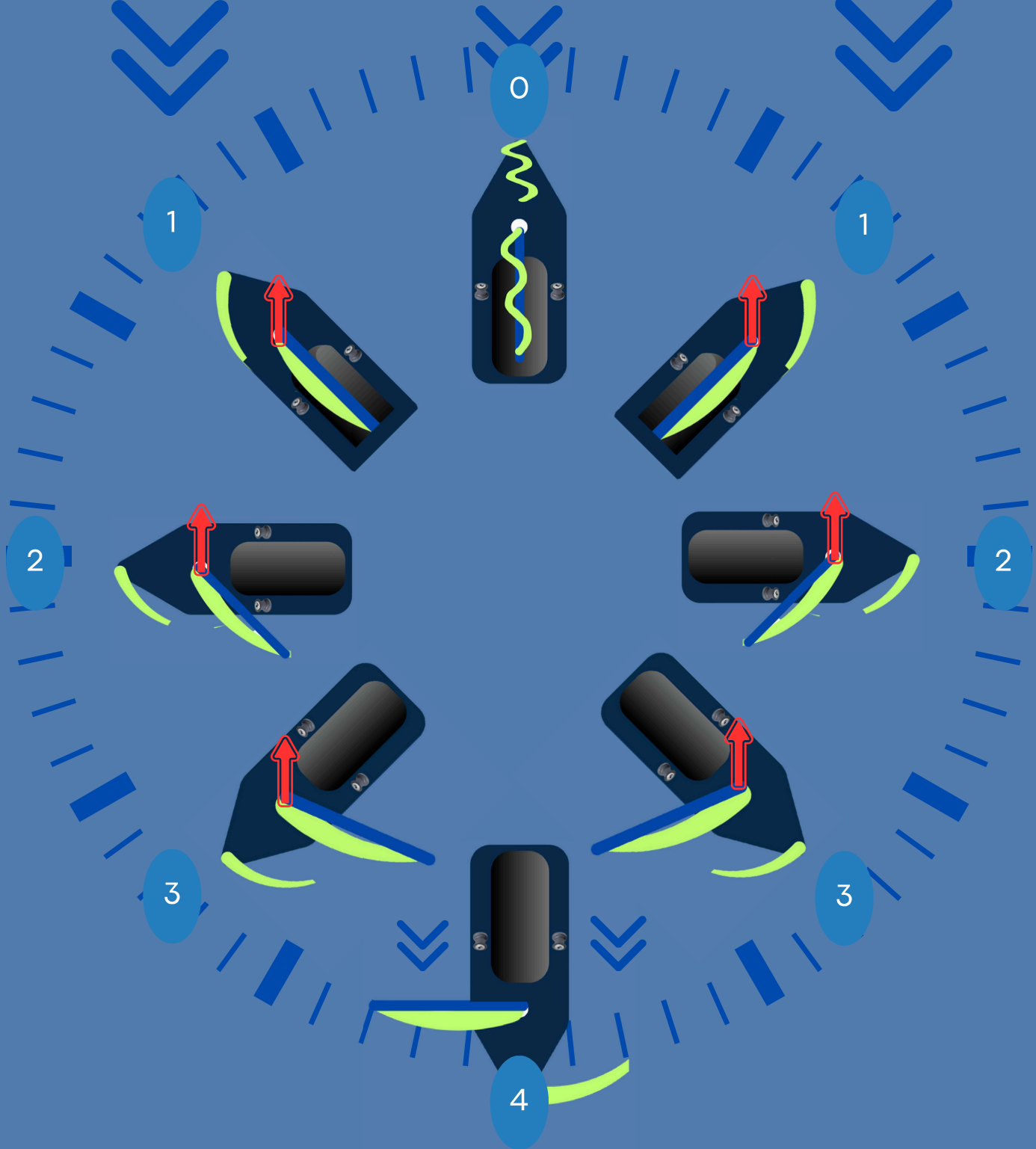
Bij positie 2 vaar je langs de wind. Je vaart niet tegen de wind in en ook niet met de wind mee.

Bij positie 3 en 4 vaar je met de wind mee.

Op de onderstaande afbeelding kun je zien hoe dat eruit ziet.

Verder hebben deze posities ook officiële zeiltermen en met mijn methode krijgt elke koers buiten een naam ook een nummer zodat je de volgorde duidelijk voor ogen hebt.





Stuur je naar de kant van het **grootzeil** dan wordt het getal van de positie **groter**.

Stuur je naar de kant waar het **windvaantje** naar wijst dan wordt het getal van de positie **kleiner**.



Het zeil



De giek



Windvaantje



De windrichting



- 0= In de wind
- 1= Aan de wind
- 2= Halve wind
- 3= Ruime wind
- 4= Voor de wind

Alfabetisch staan ze in de juiste volgorde: A, H, R, V

Stuur je naar de kant waar het grootzeil staat dan heet dat afvallen, stuur je naar de kant waar de wind de boot opkomt dan heet dat oploeven. De loefzijde is de kant waar de wind de boot opkomt en de lijzijde is de kant waar de zeilen staan.



Aan de wind



De giek staat midden op de boot

## Aan de wind

De fok volgt ongeveer de zeereling. We proberen de fok zo ver mogelijk naar binnen te trekken, hierbij willen de boel ook weer niet zo strak trekken dat de fok op een rechte plank lijkt. Zeilen hebben bolling nodig.



**Zeilschool**  
**Veilig Zeilen**

# De benamingen van de bochten

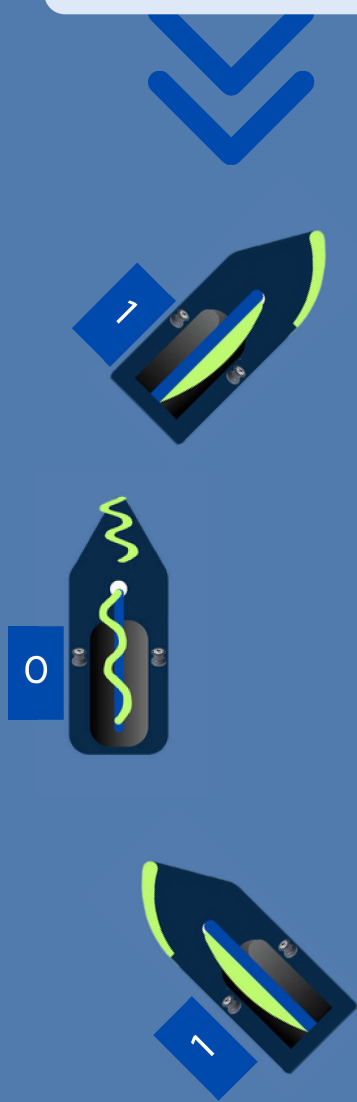
Als je door de positie 0 of door de positie 4 stuurt dan gaan de zeilen naar de andere kant van de zeilboot. Via positie 4 wordt dit een gijp genoemd en via positie 0 wordt dit een overstag genoemd.

Van 0 richting 4 wordt afvallen genoemd . Ook een klein gedeelte van dit traject heet afvallen.

Van 4 richting 0 wordt oploeven genoemd.

Als je wilt leren zeilen dan moet je weten dat er 5 posities zijn(0,1,2,3,4 ) en wat de namen van deze posities zijn.

## De overstag



## De gijp





Afvallen

Lij

Zeil

Gijp



Oploeven

Loef

Klapperen

Overstag

Lijzijde

Loefzijde

Stuur je naar de loefzijde dan gaan de zeilen klapperen, trek de zeilen strakker aan zodat ze net niet klapperen of stuur weer terug naar lij en de zeilen lopen weer vol en staan weer bol.

## Overzicht van het eerste hoofdstuk

Tijdens dit hoofdstuk heb je geleerd dat het belangrijk is om te kijken naar de weer apps, Buienradar is zeer geschikt om de regenbuien en onweersbuien te controleren. Windfinder is zeer geschikt om de voorspelde windkracht te checken. Ook heb je geleerd om een inschatting te maken van de windrichting en dat is belangrijk aangezien je moet weten op welke positie je vaart t.o.v. de wind. Bij elke positie horen namelijk andere zeilstanden, kenmerken en aandachtspunten.

In het volgende hoofdstuk gaan we verder met de posities en de zeilstanden die bij deze posities horen. Naarmate het niveau en het inzicht vordert, zal ook de precisie t.o.v. het inschatten van de windrichting en het zetten van de juiste zeilstanden verbeteren.

