

## Guide préparation matériel Nacra15

Disposer de son tableau de réglage sur son téléphone pour s'y référer.

Relire le cahier d'entraînement nacra15 (cf site ligue bretagne), utiliser les diverses fiches de préparation matériel, check liste etc.

Toujours naviguer en entraînement et en régates avec, par équipier :

-1 casque

-1 couteau (type pinces multifonctions) type leatherman

-1 sifflet

(ces 3 éléments sont obligatoires cf jauge nacra15 08/04/2019)

**Installer un élastique par trapèze : en cas de chute au trapèze ou dessalage on ne se retrouve pas avec tous les élastiques cassés et les trapèzes entortillés partout... au moins deux sont toujours à poste.**

**Réglages statiques :** Angle des barres de flèche, Tension de losange, Tension hauban, Quête, Parallélisme, Compensation

**Capelage :** vérifier le bon montage de la manille de hauban étais et de trapèzes, le serrage de la manille de hauban/étais et des trapèzes : serrage à la pince. On peut mettre un carénage en insigne par dessus le capelage.

**Poulie drisse de spi et estrope :** vérifier le bon montage et l'état de l'estrope et du balcon.

**Martingale :** vérifier la tension mesurer précintre de 9mm : voire procédure dans le manuel du propriétaire.

**GV :** Brise : tendre les lattes : souvent les lattes ne le sont pas assez. Inverser la latte numéro 1 avec la latte numéro 2 mettre la plus raide en 2.

**Grande attention au nœud plat de serrage des lattes, remettre les extrémités de garcette à l'intérieur du gousset.**

Vérifier chaque jour l'état du bout de réglage de bordure, le changer si nécessaire.

**Foc :**

**-Règlage point de tire de foc :** Apporter du scotch pour refaire ses marques sur le rail

**-Hauteur du foc :** compatible avec prise de cunningham de foc, faire attention à la bissectrice de l'angle du point d'écoute. Guindant de foc trop court : faire un petit laching en dyneema au niveau de la sangle de point de drisse de foc. Trop long : on coupe l'estrope câble et on installe l'anneau de hook de foc à la bonne hauteur en faisant un laching en dyneema).

## **Mât :**

Vérifier que les barres sont horizontales, mesurer 50cm de part et d'autre de l'axe des barres sur l'engoujure de mât puis mesurer la distance depuis l'extrémité de la barre à la marque supérieure et inférieure : la distance doit être la même.

Faire des marques sur un scotch posé sur le mat en face du câble de guignol après avoir pris les tensions au tensiomètre petit temps medium brise.

Faire des marques sur un scotch posé sur le mat en face de l'œillet de GV pour la tension de cuni : numéroter les marques de 0 à ...(autant que nécessaire jusqu'au maxi de cuni possible).

0 = pas de cuni, plis dans la voile.

## **Spi**

Attention à la relation hauteur du tangon et longueur du guindant de spinnaker : les guindants de spi ne sont pas forcément identiques...faire une marque sur la drisse à la sortie du taquet lorsque le spi envoyé à terre est bien réglé = tension de guindant de spi satisfaisante : 1 repli d'une largeur de main au niveau du point d'amure. Apporter l'anneau de friction et sa tresse épissée à placer entre le point d'écoute de spi et la cargue (en dessous du patch bas de cargue pour la récupération du mou des écoutes de spi à l'affalage. **(Autorisé par la jauge)**

Régler le nerf : bien l'amarrer en faisant attention qu'il n'y ait pas une boucle qui pourrait passer autour de l'extrémité de tangon.

**Poulies winch de spi** : il est possible que les poulies winch ne soient pas réglées : vérifier le cliquet du passage winch/libre avec la clé alène introduite au sommet du réa visser pour passer en winch dès faible tension, dévisser pour passer en « libre » plus tôt.



**Assurer tous les anneaux brisés avec de l'adhésif : haubans, poulies winch de spi, poulies de foc....**

**Plate forme** : vérifier régulièrement le serrage des boulons de coque

**Stamaster** : installer 2 petits élastiques de sureté sous le clip de blocage des stamasters (au trapèze un pied peut enlever le clip et donc la sécurité) : dans ce cas lorsque le clip est descendu et quand ce côté sera sous le vent, l'écrou va se desserrer.

Un peu de graisse sur les stamasters.

**Safran** : vérifier parallélisme et compensation : revoir avant de partir la technique pour régler la position du safran dans le castaing (2 clés nécessaires)

**Dérives** : bien vérifier à terre que les dérives coulissent bien dans le puit et régler le frein de dérive si nécessaire.

**Foot straps** : bien régler les footstraps à son pied, le faire avec ses chaussons de nav

**Palan** : serrer les manilles du palan à la pince : bien vérifier l'inclinaison du taquet de la poulie basse du palan : le régler si nécessaire.

**Tangon** : bien régler les latéraux de tangon qui seront en dyneema épissé.

Bien protéger les vis de la bouche d'avaleur avec de l'adhésif téflon : ça facilite le glissement du spi dans l'avaleur

**Relevage rapide** : installer un redressage rapide avec son élastique sous le bateau.

**Chrono** : changer la pile des chrono : piles neuves.

**Gilet** : bien vérifier que son gilet porte lisiblement la certification CE ou ISO 12402-5 (Level 50) ou EN 393,

**Casque** : bien vérifier que son casque porte la mention : EN1385 standard

#### **MATÉRIEL INDISPENSABLE :**

1 mètre ruban de 3m mini, divers feutres (marqueur indélébile) , réglets,

1 tensiomètre

1 leatherman par personne + 1 sifflet.

1 clé alène pour les boulons de poutre et une clé de 14 : l'idéal : la clé à cliquet avec ses 2 embouts)

1 clé alène pour le réglage des poulies de spi

Les clés (2) pour le réglage de compensation safran

**1 clé de 17 pour le réglage guignol (à emporter sur l'eau)**

1 clé à molette petit format pour les stamasters

Adhésif grey tape, adhésif électricien, adhésif téflon pour le tangon

1 bombe de mac lube (spi et avaleur) et 1 tube de graisse

Elastiques (trapèze), divers bouts, tresse, dyneema diamètre 3 , 4 et 5

Des rondelles téflon pour limiter le jeu du stick dans la ferrure de barre de liaison

Insigna autocollant (cf autocollant banque pop)

## MES OUTILS



**Une clé à cliquet  
(facom)**  
**Les embouts pour  
les boulons de  
poutre 14 et 8**

**Une clé de 10 11 12  
14 17 22**

**1 briquet tempête cf  
inorope**

**1 bombe de mac  
lube**

**Adhésif téflon grey  
tape adhésif  
electricien**

**Clé à molette petit  
format**

**Réglets**

**Mètre ruban**

**Clé à lène 8**

**Tournevis plat tom  
pouce**

**Tournevis  
cruciforme tom  
pouce**

**Leatherman 1 par  
personne**

**Tensiomètre**

**Graisse lithium**

### **1 nécessaire à matelotage**

**1 opinel , 1 briquet, une chute de bois, 1 bobine de fil à surlier, un tube  
d'aiguilles , une aiguille à long chat custom, 1 rouleau d'adhésif , un  
mètre à ruban, 1 feutre, des aiguilles creuses, 1 épissoir mateloté, 1  
pince.**



**Toujours avoir une manille correspondant à la manille de palan de GV sur soi, dans son gilet, plus une autre manille qui servira de cuillère de trapèze si perte d'une cuillère en manche.**

**Toujours avoir quelques bouts de spare dans la pochette de trampoline et un peu d'élastique plus 1 ou deux axes et anneaux brisés.**

**Regarder dès maintenant le site WS du championnat : lire l'avis de course , les IC, les informations diverses et variées sur l'organisation du championnat : les info propres à la course et les info de logistique (organisation générale).**

**Regarder dès maintenant google earth pour se faire une idée du site (une étude de plan d'eau est en préparation)**

**Utiliser les fiches du cahier d'entraînement : je pars sur l'eau et fiche check du matériel.**

**LIRE ET RELIRE LA JAUGE NACRA 15 dernière édition : 08/04/2019**

**LIRE ET RELIRE LE MANUEL DU PROPRIÉTAIRE NACRA**

**MÉMO JE PARS SUR L'EAU**  
**Série NACRA15**

<b>JE PARS SUR L'EAU</b>	
J'AI ÉMARGÉ	
J'AI MIS MA CREME SOLAIRE	
J'AI MES LUNETTES	
J'AI MA CASQUETTE	
J'AI MA PINCE MULTIFONCTION ET MA CLÉ DE 17	
J'AI MON BOUT DE REDRESSAGE ET MON BOUT DE REMORQUAGE	
J'AI MON GILET	
J'AI MA CEINTURE DE TRAPÈZE	
J'AI MES GANTS	
J'AI RÉGLÉ MA QUÊTE	
J'AI FERMÉ LES TRAPPES DE COQUES	
J'AI SCOTCHÉ LES ANNEAUX BRISÉS	
J'AI MON CHRONO POUR LES DÉPARTS	
J'AI DE L'EAU À BOIRE	
J'AI LU LES INSTRUCTIONS DE COURSE JE CONNAIS LE PARCOURS	
J'AI À MANGER : banane, barres céréales...	
J'AI TENDU MES HAUBANS EN FONCTION DU VENT	
J'AI TENDU MON LOSANGE EN FONCTION DU VENT	

## MÉMO RÉGATE

### Série NACRA15

JE PARS EN RÉGATE			
<p>Mon bateau et mon mât SONT chargés sur la remorque bien amarrés</p> <p>Ainsi que mes bers et ma mise à l'eau</p>		<p>Mon chrono pour les départs</p> <p>Ma pince multifonction et ma clé de 17</p> <p>Ma caisse à outil</p> <p>Mon adhésif</p> <p>Mes bouts et élastiques de rechange</p>	
<p>Mes câbles :</p> <p>haubans,</p> <p>étais,</p> <p>pate d'oie d'étais,</p> <p>cadènes,</p> <p>drisses GV, foc Spi</p>		<p>Ma licence avec mon certificat médical</p> <p>Mon autorisation parentale</p> <p>Le paiement pour l'inscription</p>	
<p>Mes voiles :</p> <p>GV avec les lattes</p> <p>Foc</p> <p>Spi</p>		<p style="text-align: center;"><b>Mon livret des règles de course</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Les règles de jauge</b></p>	
<p>Mon palan de Gv</p> <p>Mes écoutes de foc et de Spi:</p> <p>Mes trappes de visite de coque</p>		<p>Mes lunettes de soleil</p> <p>Ma casquette</p> <p>Ma crème solaire</p> <p>Ma serviette</p>	
<p>Mon tangon</p> <p>Mon trampoline</p> <p>Mes 2 safrans</p> <p>Ma barre de liaison</p> <p>Mon stick</p> <p>Mes 2 poulies de spi</p>		<p>Mon sac de navigation</p> <p>Ma combinaison</p> <p>Mes chaussons</p> <p>Mes gants</p> <p>Mon coupe vent</p> <p>Mon gilet</p> <p>Ma ceinture de trapèze</p>	



## FICHE QUOTIDIENNE NACRA15

<b>DATE</b>	
<b>LIEU</b>	
<b>Force vent</b>	

**Météo et Commentaires tactique/stratégie :**

**Commentaire technique au près :**

**Commentaires technique au portant:**

Réglages	Tension hauban	Tension losange	Quête	<i>Cunningham GV</i>	<i>Pt de tire foc</i>
Mesures :					
Commentaires :					