

Small Ships Race

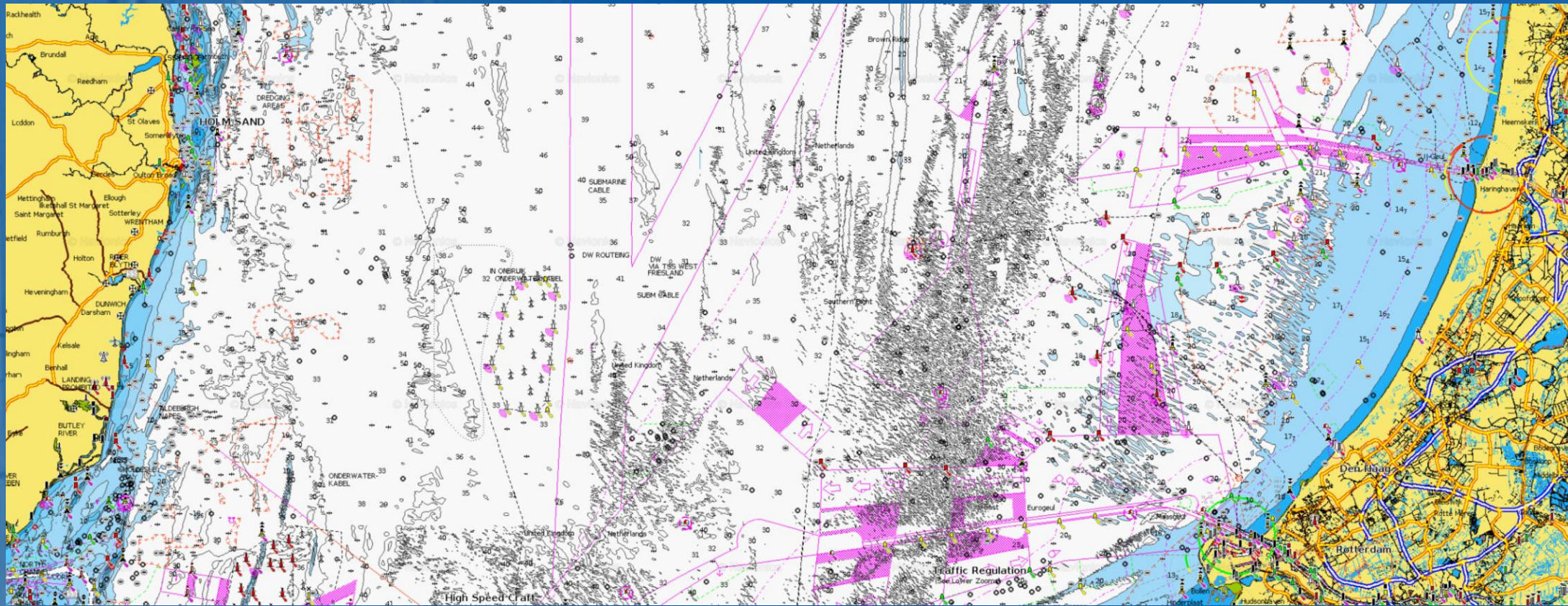
Kleine schepen Grote schippers





IJMUIDEN – LOWESTOFT

16 t/m 20 mei 2024

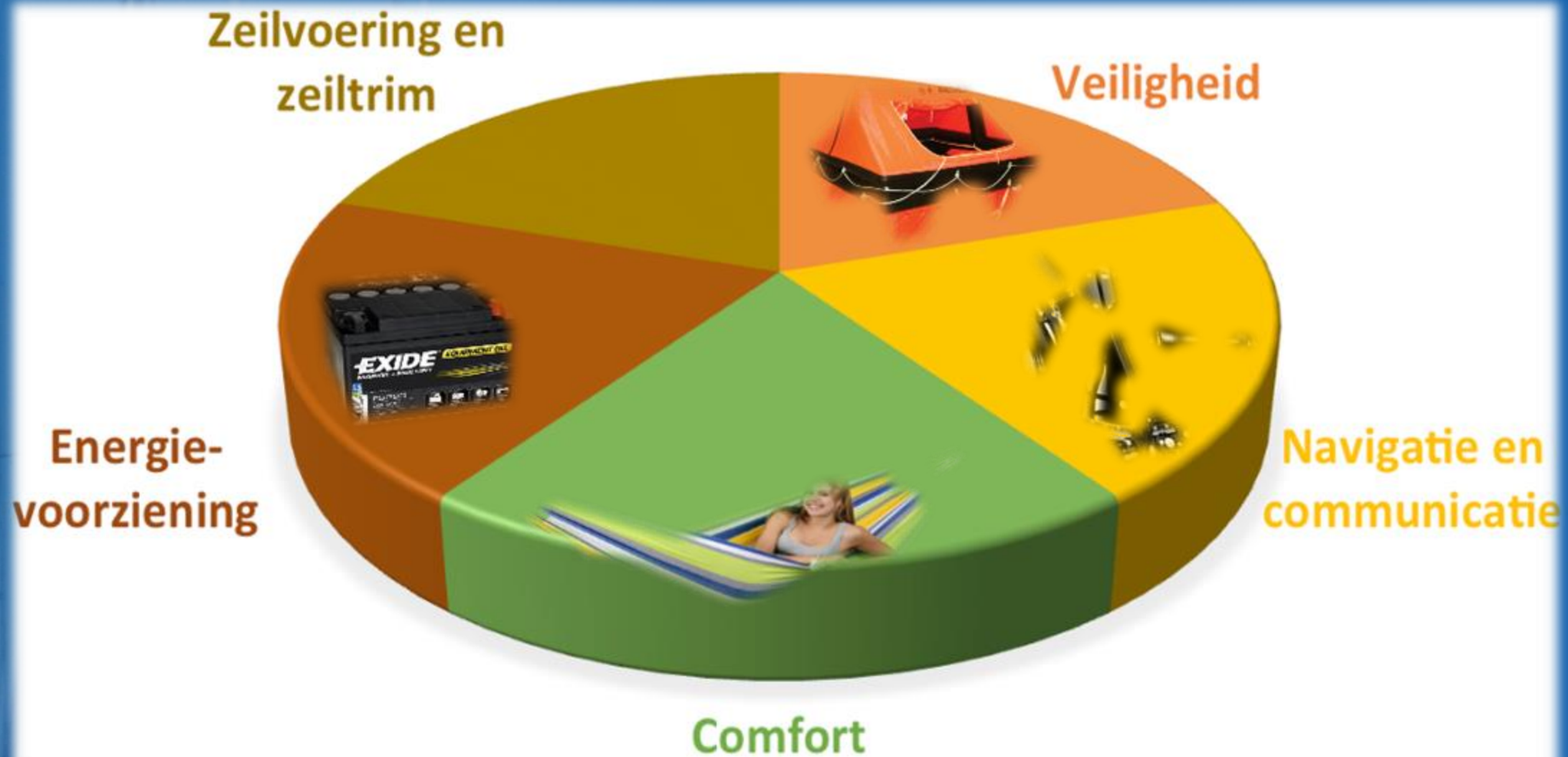


Vorbereitung

- ⚓ Vorbereidingsmiddag
- ⚓ Veiligheidsuitrusting (Lijst nalopen)
- ⚓ Online Vorbereitung - Q & A (datum volgt)
- ⚓ Vertrekkersavond (2 mei)
- ⚓ Palaver (Avond voor vertrek)
- ⚓ Marifooncontact (onderweg iedere 2 uur een marifoonrondje)
- ⚓ Tochttelefoon (afmelding en bij calamiteiten)



Schijf van Vijf





Veiligheid

- Altijd aangelijnd in de kuip
- Altijd reddingsvest aan in de kuip
- Reddingsvest met kruisband en verlichting (check datum)
- Brandblusser
- Navigatieverlichting (< 7 mtr kajuitboot)
- AIS transponder (programmering MMSI)
- Nood (vuur) werk
- Staat van de boot (verstaging, roer)





Navigatie en communicatie

- Electronische navigatie (backup papieren kaarten)
- Losse GPS
- Info uitwijkhavens Engeland
- Weersverwachting en stroming
- Vaste marifoon met mastantenne
- Groepsrondje
- Communicatie Lowestoft, grote schepen (traffic lanes)
- Customs Engeland





Comfort

- Regelmatig eten en drinken
- Houd jezelf warm en droog
- Slapen als het mogelijk is, ook overdag
- Hoe maak je veilig een warme maaltijd en/ of drank
- Zorg dat je niet zeeziek wordt
- Goede ligplek onder helling
- Toilet / Plasfles
- Stuurautomaat





Energievoorziening

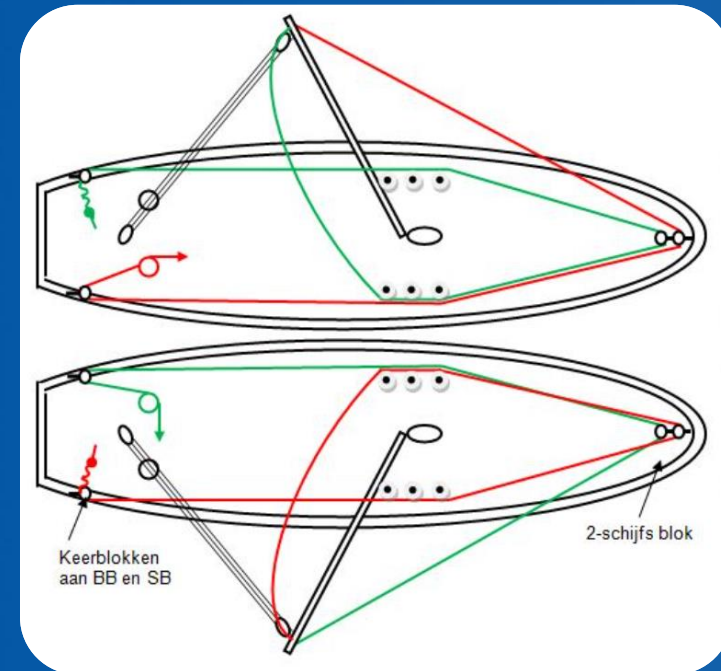
- Voldoende accucapaciteit (stroombalans)
- Mogelijkheid voor opladen
(zonnepaneel en/of buitenboordmotor)
- Backup bij defecte accu
- Reserve accu's/ batterijen
- Walstroom kabel/ verloop
- Voldoende benzine





Zeilvoering en trim

- Voorzeilen (stormfok, fok, genua, gennaker, spinnaker)
- Grootzeil (reven)
- Bediening vanuit de kuip
- Overloop
- Bulletalie





Programma

Woensdag (Seaport Marina IJmuiden)

- Aankomst, laatste voorbereidingen
- Palaver & gezamenlijk eten aan zee

Donderdag

- Start (*zonsopkomst*)
- 18-36 uur zeilen

Vrijdag

- Finish
- 's Avonds Captains Dinner bij de RNSYC



Zaterdag

- Passagieren

Zondag

- Terug naar Nederland

Maandag

- Aankomst in de thuishaven



Lange Termijn voorbereiding





Kleding: de ideale outfit

- Kleed zoveel mogelijk in dunne laagjes
- Warmte-ondergoed, evt. Fleece, of Merinowol
- Zeilpak
- Reddingsvest + kruisband
- Laarzen (waterdicht) & warme sokken *(natte voeten = koud)*
- Muts *(meeste warmteverlies via hoofd)*
- Handschoenen

Op tijd aantrekken!



Voeding onderweg

- Zorg goed voor jezelf *Voldoende eten & drinken*
- 'Grazen' *Cream crackers, muesli-repen, Liga, Sultana oid*
- Warme maaltijden vooraf bereiden
- Instant maaltijden
- Voldoende drinken
 - Waterflesjes
 - Thermosflessen met warm water



Zeeziekte (1): voorkomen is beter dan..

- Conditie
 - voorbereiding (*beperk spanning*)
 - uitgerust en fit
- Voeding
 - Lichte maaltijd voor vertrek
 - Alles dat je maag onrustig maakt niet doen
 - regelmatig eten
 - ook warm maar niet te vet
 - kijk uit met koffie, frisdrank en alcohol



Zeeziekte (2): voorkomen is beter dan..

- Kleding (*warm blijven*)
- Rust (*slaap pakken als kan*)
- Chemicaliën
- Voor de echte bikkels doorbijten (*niet zo slim*)

Zeeziekte kan je plezier teniet doen

Zeeziekte kan zelfs levensbedreigend worden



Zeeziekte (3): de chemicalien

- Primatour (*chloorcyclizine en cinnarizine*)
- Motilium (*cinerazine en domperidone*)
- Travelin (*homeopathisch*)
-en huismerken

- Scopoderm pleisters (*als rest niet werkt via huisarts*)
- Drukbandjes, oor-stop e.d.
- Mixen met vitamines

TIJDIG SLIKKEN!!!

Iedereen moet zelf uitproberen wat bij hem/haar werkt (overleg eventueel met huisarts)



Navigatie (1): kennis

- Kennis TKN of VB1&2 gewenst *(of vergelijkbaar)*
- Minimaal Basiscertificaat *(en bijbehorende marifoon)*
- Droge en natte training
- (studie) boeken lezen *(suggesties?)*
- elkaar ondersteunen
- domme vragen bestaan niet alleen



Navigatie (2): informatie navigatie

- Recente kaarten: *Imray C25 & C28*
- Reeds Almanac en Cruising Almanac van Imray
- Andere deelnemers

Een goede watersportwinkel heeft de nodige kennis in huis om u goed te kunnen adviseren



Navigatie (3): nuttige websites

- Weer:
 - US Grib (*[gribfiles, http://www.grib.us](http://www.grib.us)*)
 - KNMI (*www.knmi.nl/*)
 - Windinformatie *windguru.cz of windfincer.com*
 - BBC (*www.metoffice.gov.uk/weather/marine*)
- Waterstanden Rijkswaterstaat (*www.actuelewaterdata.nl*)
- Inklaren in de UK: (*<https://www.gov.uk/guidance/sailing-a-pleasure-craft-that-is-arriving-in-the-uk>*)



Navigatie (4): Nodig aan boord (UK)

- Geldig paspoort *alle bemanningsleden*
- Internationaal Certificaat Pleziervaartuigen
- International Certificate of Competence (*>24 m*)
- Verzekeringsbewijs
- BTW-verklaring
- Bemanningslijst
- let op betalingsbewijs *(en overnachtingsbewijs) evt. getankte 'rode' brandstof*
- **Controleer en zorg op tijd voor uw documenten (neem ze ook mee)**
- **Bereid je goed voor hoe je je moet inklaren in de UK**



Ervaring

- Ervaring met varen in het donker
- Ervaring met slecht weer
- Ervaring met het onderweg zetten van een rif
- Ervaring met het zetten van een bulletalie



Onderdeks

- Hou het simpel *geen volledige vakantie-uitrusting*
- Alles op vaste plaats
- Geen spullen op de vloer
- Let op torpedo's *zeevast*
- Verlichting voor dag en nacht *(wit / rood)*
- Spullen zo goed mogelijk waterdicht verpakken
- Zorg voor comfortabele ligplekken, liefst altijd aan loefzijde, waar je niet uitrolt.



Bovendecks

- Voldoende stevig houvast in gangboord en op dak (*extra belasting*)
- Voldoende aanlijnmogelijkheden (*voordek en kuip*)
- Veiligheidslint of lijn
- Voldoende stevig houvast
- Ruim direct op (voorkom uitglijden/ blind kunnen grijpen naar ..)
- Blind kunnen werken in de nacht. Gebruik een hoofdlampje!
- 1 hand voor jezelf, 1 voor het schip



Techniek ⁽¹⁾

- Navigatie instrumenten *(incl. verlichting)*
- Navigatie verlichting
- Marifoon/GPS/AIS *(antenne & accu)*
- Staand en lopend want
- Anker en ankerlijn/ ketting
- Windvaan/ stuurautomaat



Techniek ⁽²⁾

- Afsluiters (+ pluggen)
- Technische staat v/d motor en de brandstof en reserveonderdelen
(jerrycans & trechter, bougie, brandstoffilters, V-snaar)
- Conditie van de accu en capaciteit *(voldoende reservebatterijen)*

Controleer alles op **extra belasting** en

bedenk hoe je bepaalde problemen **zelf** op kunt lossen



Veiligheid (1): bijzonderheden

- Uitrusting
 - Veiligheidslijst *zie website*
 - Naleving steekproefsgewijs
- Vaardigheden
- Weer
 - Zowel heen als terugreis
 - Grenzen afhankelijk van groep



Veiligheid (2): bijzonderheden

- Marifoon: vaste zeemarifoon
- Reddingsvest: 275N
- Reflectie
- Slepen
- Gereedschap en mes
- Solozeilers



Samenvatting (1)

- Goede kleding; → *comfort*
- Zeeziekte; → *voorkomen is beter dan genezen*
- Navigatie; → *voorbereiding geeft rust op zee*
- Proefvaren; → *voorkomt verrassingen*
- Zeewaardigheid
 - Onderdeks: rust, reinheid en regelmaat
 - Bovendeks: alles op de tast met 1 hand
 - Techniek: de zee weet de zwakke plekken te vinden
 - Veiligheid: nooit grondig genoeg



Veilig thuis!

