

Láser - Apuntes de regata

COMO AVISO SE ADVIERTE QUE EL LASER ES UN BARCO QUE EXIGE A SU TRIPULANTE UNA EXCELENTE CONDICIÓN FISICA SI SE LE QUIERE SACAR UN RENDIMIENTO OPTIMO.

SE HACE NECESARIO TENER BUENOS CABOS (RESISTENTES, QUE NO CEDAN A LAS TENSIONES) Y TAMBIEN ES MUY IMPORTANTE QUE LA CAÑA DEL TIMÓN SEA RÍGIDA PARA QUE NO FLEXE.

| | | | |
|--|---|---|---|
| <u>Trapa</u> | Permite una “pre flexión” del mástil. A mayor tensión, se atrasa la bolsa en la vela y el ataque de la vela será más plano. | | |
| | Viento Flojo | Viento Medio | Viento Fuerte |
| | Cazar un poco par aplanar un poco el ataque (mar llana). Soltar un poco más en caso de olas. | Sin olas muy cazada, con olas algo más suelta. | Cazada al máximo posible (de manera que podamos tener el control de la baluma). |
| <u>Cunningham</u> | A mayor tensión, más se adelanta la bolsa en la vela y se abre la baluma. | | |
| | Viento Flojo | Viento medio | Viento Fuerte |
| | Se tensa un poco. | Tensado, dando apertura a la baluma. | Tensado al máximo, tocando el ollao al pinzote de la botavara. |
| <u>Escota</u> | Viento Flojo | Viento Medio | Viento Fuerte |
| | Dejar unos 15cm. Entre las poleas de popa. | Las poleas deben tocarse. | La escota deberá ir regulándose, según las rachas y la escora del barco. |
| <u>Pajarín</u> | Viento flojo | Viento Medio | Viento fuerte |
| | Suelto, pero no demasiado (para no alargar el recorrido del viento en la vela). | Ligeramente cazado, para dar un perfil ideal y mantener la potencia de la vela. | Muy cazado, pero manteniendo el perfil de la vela. |
| Cabo de unión del puño de escota con la botavara | DEBERÁ IR SIEMPRE FUERTEMENTE CAZADO, PARA NO DESVIRTUAR LAS PRESTACIONES DE LOS DEMAS CONTROLES. | | |
| Pie de gallo | Siempre fuertemente cazado. | | |

Técnica de navegación: Es muy importante el manejo de la escota, sobre todo en condiciones de viento duro y olas.

La técnica de navegación variará según el peso del tripulante; es decir, un tripulante pesado podrá llevar el barco más abierto o en camino que un tripulante ligero de peso.

La navegación en POPA:

Será necesario:

- a) Mantener el equilibrio.
- b) Controlar la escora del barco.
- c) Aprovechamiento de las olas con bruscos cambios de rumbos (provocar el planeo).

Siempre que podamos iremos contra amurados, esto es cuando el viento entra por la baluma y circula hacia el mástil de manera que los catavientos nos marcarán la dirección del palo. De esta forma, el laser navega más rápido.

| Posición del tripulante en el barco: | | |
|--|---------------------------------------|--|
| Viento Flojo | Viento Medio | Viento Fuerte |
| EL peso muy a proa, junto a la orza. Así adelantamos el centro vélico. | Algo más atrás, junto a las mordazas. | Más atrás sobre todo en las popas, en ceñida junto a las mordazas (si regulamos escota, si no regulamos escota debemos atrasar el cuerpo). |

Cinchas:

- Es muy importante poder regularlas, en la medida en que nos deje el reglamento.
- Debe ser ancha y confortable.
- Usar pantalones reforzados en los muslos (pantalones de colgarse).

TECNICA PARA COLGARSE EN CEÑIDA

- Mantener las piernas rectas y evitar doblarse en 4.
- La regulación de la cincha servirá para transmitir nuestros movimientos al barco (así que esto variará según la envergadura del tripulante).
- Siempre que tengamos que pasar por una ola, debemos tirar del cuerpo a popa.

Las maniobras:

En el laser las maniobras son muy difíciles y requieren mucha técnica que machacaremos en los entrenamientos específicos para conseguir maniobrar (virar y trasluchar) de forma adecuada, teniendo en cuenta que la escota del laser mide 12 metros y el stick 125cm. aproximadamente, y manejarlos presenta gran dificultad.