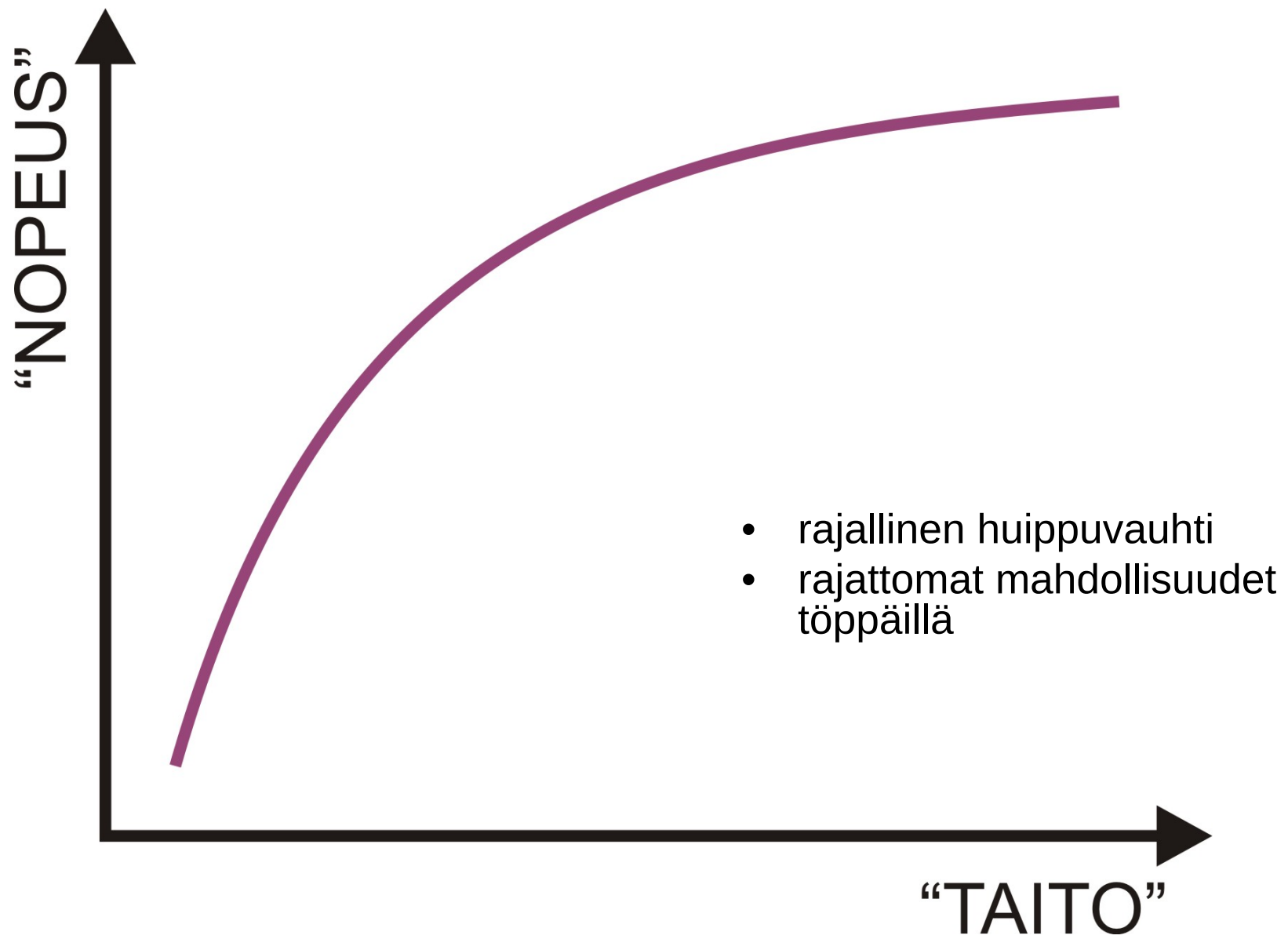


Näkökulmia köliverneen ajamiseen

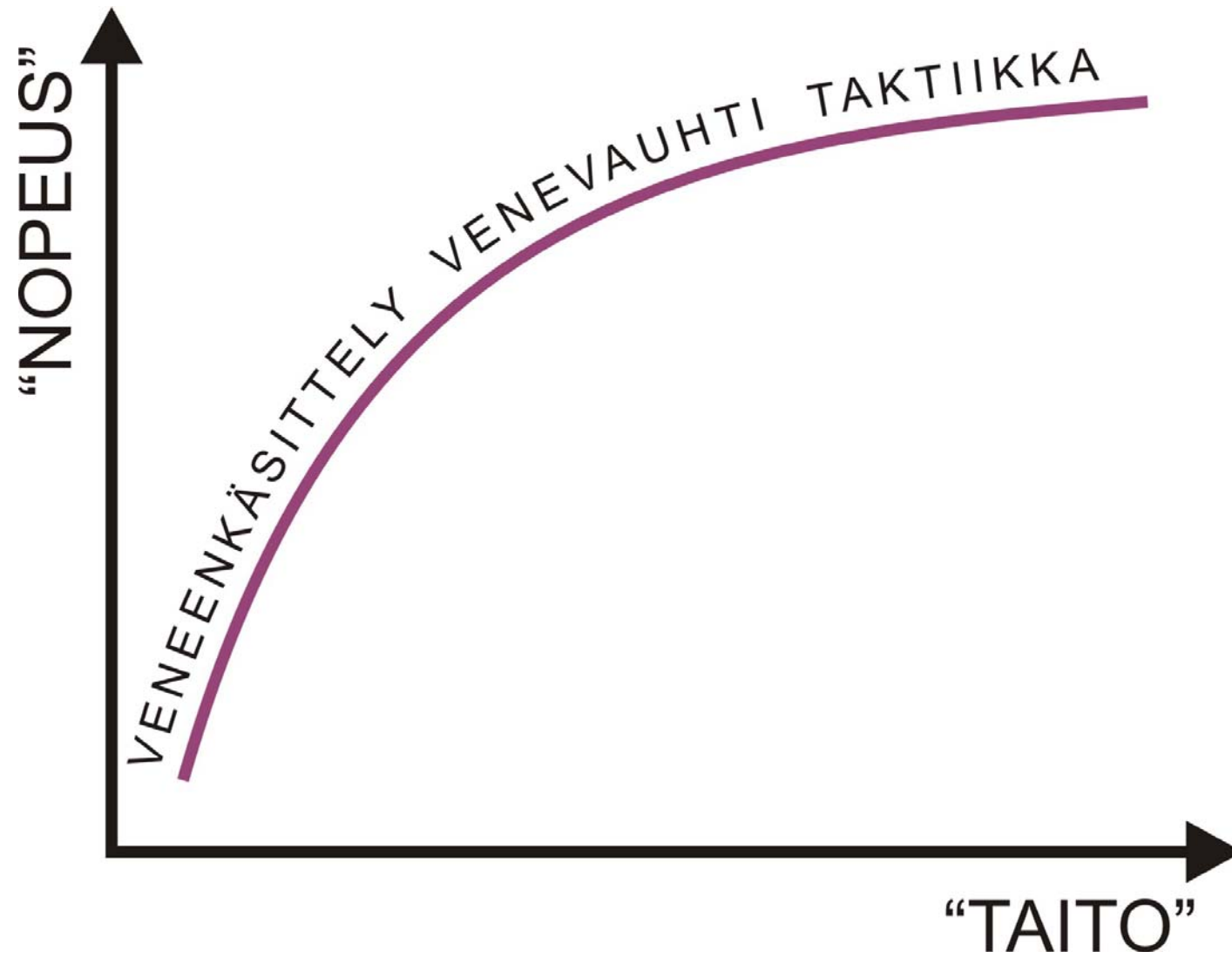
Ville Voltti

Köliveneen ajaminen

- Ajaminen osana purjehdusta
- Ajotekniikka
- Hyvän pinnamiehen ominaisuudet
- Keskittyminen
- Harjoittelu
- Kilpailutilanteet
- Viisi askelta vauhtiin

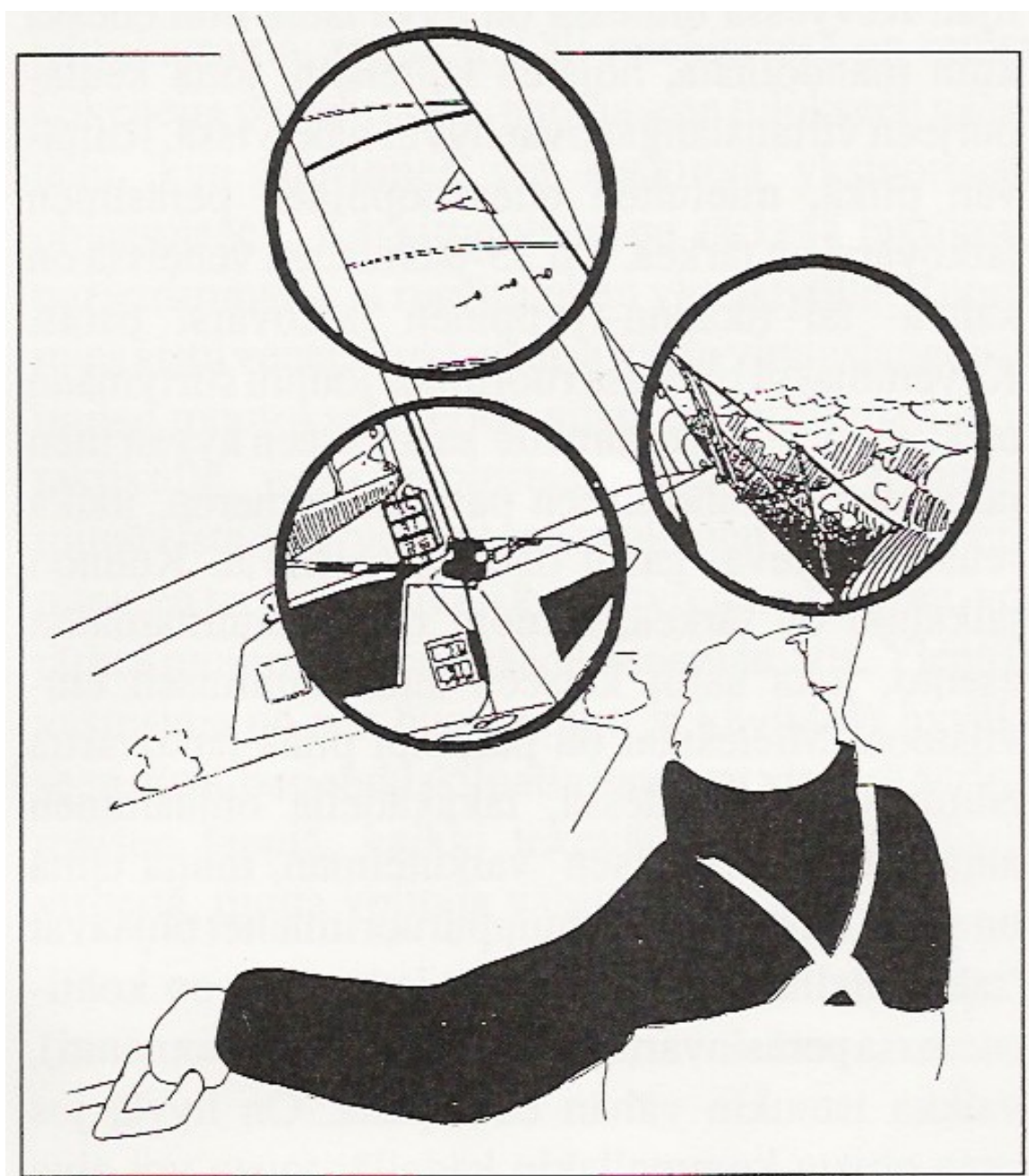






Ajaminen osana purjehdusta

- Purjehduksen eri osa-alueiden tärkeys riippuu nykyisestä taitotasosta
- Perustukset kuntoon, jätä hienostelut tulevaisuuteen
- Ajamisella huomattava vaikutus vauhtiin, ”ajankohtaista” erityisesti keskitason purjehtijoille



Ohjaaminen eri tuulissa (kryssi)

- Kevyt tuuli – suojan lanka irtoamaisillaan
- Kevyt keskituuli – langat suorassa
- Keskituuli (miehistö laidalla) – tuulen puolen lanka ~45 (jopa 90) astetta yläviistoon + tuntuma/kallistus
- Reipas tai kova tuuli – unohda langat! ajo pelkästään tuntumalla ja kallistuksen mukaan

Ohjaaminen aallokossa

- Nostetaan aallolle noustessa, lasketaan kun keula ylittää aallon harjan, nostetaan...
- "Autetaan" venettä liikkumaan aaltojen mukaan, "pinna alas, keula ylös"
- Liikkeet voivat olla suuriakin, mutta suuria voimia peräsimeen ei saisi syntyä
- Peräsin pikemminkin korjataan sellaiseen asentoon, ettei se jarruta, kun aallot heittelevät venettä

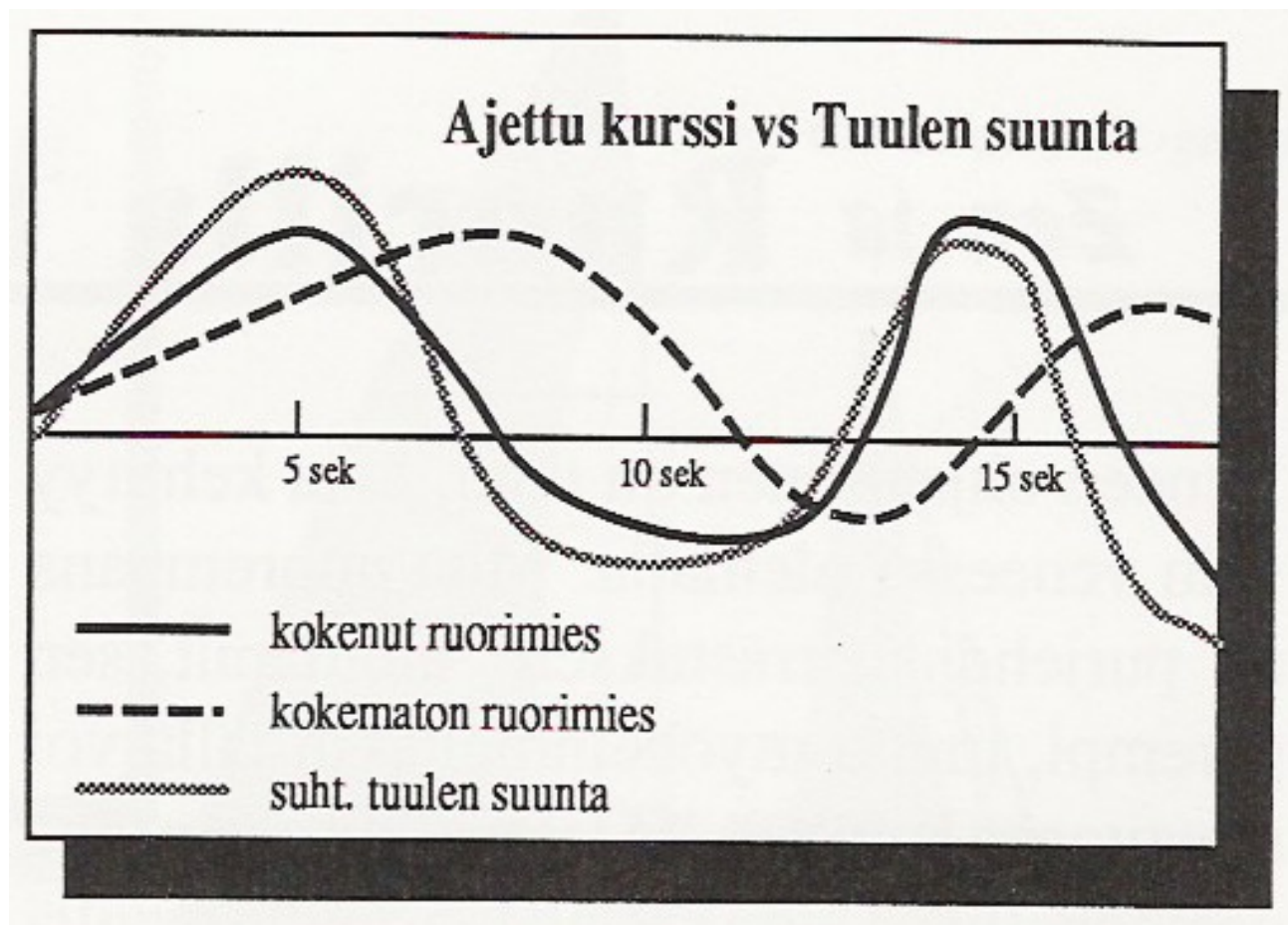
Ohjaaminen (muu kuin kryssi)

- Aja suoraan, älä kiemurtele
 - Takuuvarma tapa kiemurrella on seurata takana tulevia veneitä tms.
- Leikkauskulma lenssillä
 - Keskustelu spinnun skuuttaajan kanssa
 - Vindex, mittarit
 - Oikean suunnan löytäminen paljon vaikeampaa kuin kryssillä, toisaalta pienet heitot eivät ole niin ratkaisevia

Ajotekniikka - aistit

- Näköaisti – tasapainoaisti – kuuloaisti
- ”Perstuntuma” perustuu eniten tasapainoon ja kuuloaistiin, joiden käyttö on kokemattomille vaikeampaa kuin näköaistin käyttö
- Tuntuman oppii vain ”tunnustelemalla”
- Pinnapaine: tunnet peräsimeissä vaikuttavat voimat, ”välitys” venekohtainen

Tuntuma veneeseen = reaktionopeus



Pienet peräsinliikkeet

- Kaikki peräsimen käyttö jarruttaa
- Mitä parempi pinnamies, sitä pienemmillä liikkeillä tämä pystyy ohjaamaan
- HUOM! Valitettavasti ei toimi toisinpäin, eli et voi vain ”lakata liikuttamasta” peräsintä ja ajaa kuin voittaja

Hyvän pinnamiehen ominaisuudet

1. Hyvä tuntuma veneeseen
 - Nopeat reaktiot
 - Tarkka ohjaus pienillä liikkeillä
2. Armoton keskittyminen

Keskittyminen, siivoa häiriötekijät

- Etukäteisvalmistelut, esim. radan nuotit
- Delegointi
 - Taktiikka, trimmit, tähystys, jne. jne.
 - Pitää sopia ja HARJOITELLA (joukkuelaji)
- Kaikki turha löpinä pois, sekä pinnamielelle että miehistölle työrauha omiin hommiinsa

Lisää keskittymistä

- Käytä miehistöä apuna, varsinkin ”silminäsi”
- Tunnista etukäteen ”vaaratilanteet”, joissa keskittymisesi tuppaa karkailemaan (manööverit, ykkösenä ylämerkillä, kelju sää...)
- ITSESUGGESTION VOIMA ON VALTAVA

Harjoittelu

- Erotta harjoittelu ja kilpailu toisistaan
 - Harjoittellessa tehdään ensin hitaasti ja rauhallisesti, haetaan oikea suoritus ja pikkuhiljaa lisätään vauhtia → ei onnistu kilpailutilanteessa
 - Harjoittellessa pitää voida kokeilla asioita, joita ei vielä osaa, tai joissa on iso riski (lay-linen alle jääminen, varaslähdöt) → ei onnistu kilpailutilanteessa
- Kilpailuissakin voi harjoitella, kunhan harjoittelee eikä kilpaile!
- Suurin osa vesilläoloajasta pitää olla harjoittelua

Kilpailutilanteet

- Back to basics, mihin ollaan menossa
- Tunnista tilanteet, joissa homma menee sähläämiseksi
 - Startit, lähitilanteet, manööverit yms.
- Laylinet, seuraava merkki

Viisi askelta vauhtiin

1. Köli, pohja ja purjeet kuntoon
2. Tunnista tasosi ja mieti mitä seuraavaksi, et voi loikata pohjalta huipulle
3. Erotta harjoittelu ja kilpailu toisistaan, harjoittele, harjoittele, harjoittele
4. Siivoa häiriötekijät pois: asia kerrallaan harjoituksissa, joukkueena kilpailuissa
5. Aivan armoton keskittyminen