



# JACHTAŘSKÝ DENÍK

pro mládež



ČESKÝ SVAZ JACHTINGU

Jachting je báječný sport, který si užijete už jako začátečníci. Jachtařem se může stát kdokoli a v jakémkoli věku, plachtit můžete sami, jako součást většího týmu nebo s přáteli a s rodinou.

Já jsem se k jachtingu dostala v sedmi letech, když mě moje máma přihlásila na nábor do jednoho z pražských oddílů. Začala jsem jako kosatník na lodi Cadet určené pro děti a mládež. Tento sport jsem si oblíbila, našla si u vody kamarády a postupně stal větší a větší součástí mého života.

V téhle knížce najdete informace k různým stupňům a tématům jachtařských kurzů. Váš instruktor bude postupně odškrtnávat jednotlivé body podle toho, jak budete plnit úkoly. Jakmile zvládnete kompletní blok, podepíše se na konci stránky. Ve chvíli, kdy nasbíráte podpisy za celý kurz, získáte příslušný certifikát, který si do knížky můžete nalepit.

Kurzy jsou zaměřené na zvládnutí jízdy na malých sportovních plachetnicích, postupovat můžete od úplných začátků až třeba k závodnímu jachtingu. Kdo ví, možná se z vás jednou stanou i olympijští šampioni.

Jachting mám moc ráda a doufám, že v tomto sportu najdete stejné zálibení jako já. Přeju hodně štěstí na kurzech, ale ze všeho nejdůležitější je, aby vás to bavilo!

Veronika Kozelská Fenclová



Úvod .....	
<b>Začínáme s jachtingem .....</b>	
Úroveň 1 – Základní dovednosti .....	
Úroveň 2 – Technika jízdy .....	
Úroveň 3 – Manévrování .....	
Úroveň 4 – Ovládání lodě .....	
<b>Jachting pro pokročilé .....</b>	
Námořnické dovednosti .....	
Jachting se spinakrem .....	
Rekreační jachting .....	
Sportovní jachting .....	
Začínáme závodit .....	
Závodění – Mírně pokročilí .....	
Závodění – Pokročilí .....	
<b>Jak začít se závoděním .....</b>	
<b>Jachtařská knížka .....</b>	
<b>Certifikáty .....</b>	



Vydala Asociace PCC, spol. s r.o. (APC)

Hybešova 307/59, 602 00 Brno

Tel.: 543 232 034

e-mail: [asistent@apc-pr.cz](mailto:asistent@apc-pr.cz)

[www.jachting-shop.cz](http://www.jachting-shop.cz)

Text: ??????????

Foto: ČSJ

Tisk: CCB spol. s r. o., Okružní 19, 638 00 Brno

ISBN 978-80-87807-00-2

První vydání © APC 2017

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být bez předchozího písemného souhlasu vydavatele reprodukována, uložena do jakéhokoliv systému vyhledávání dat nebo jinak převáděna do jakékoliv podoby žádnými prostředky, elektronicky, mechanicky, okopírováním, nahrávkám, nebo jinak.



## „Jachtařský program pro mládež“ ČSJ nabízí výuku jachtingu progresivní a zároveň zábavnou formou. Za každý absolvovaný kurz budete odměněni certifikátem a dobrým pocitem z dosažených výsledků.

„Jachtařský program pro mládež“ ČSJ nabízí výuku jachtingu progresivní a zároveň zábavnou formou. Za každý absolvovaný kurz budete odměněni certifikátem a dobrým pocitem z dosažených výsledků.

Získání certifikátu ČSJ je významným úspěchem. Instruktoři potvrzují dosažení každé dovednosti ihned poté, co si ji osvojíte. Vydaný certifikát se Vám může dále hodit při studiu nebo při jiných aktivitách

Jachtařský výcvik obvykle probíhá na malých plachtenicích vhodných pro daný věk. Je však také možné jej absolvovat na kýlových nebo vicetrupých plachtenicích s odpovídajícím přizpůsobením programu výuky, např. na kýlových lodích odpadne nácvik při převržení lodě.

Plachtit se můžete naučit velice rychle, máte-li vhodné vybavení a dostatečnou motivaci. V rámci „jachtařského výcviku mládeže“ nabízáme metodiku a pomoc přizpůsobenou podmínkám a konkrétnímu programu. Obecně lze říci, že v jakékoliv části kurzu se vám dostane fyzické pomoci všude tam, kde bude potřeba

více sil, například na prudkém a kluzkém skluzu pro spuštění lodí do vody.

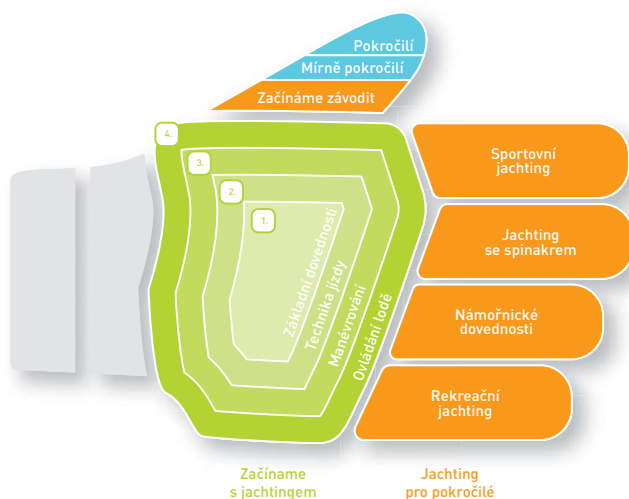
Snažte se, abyste zvládli všechny dovednosti, které jsou obsahem jednoho kurzu, než se pustíte do dalšího. V opačném případě se může snadno stát, že zbytečně strávíte čas doučováním toho, co jste již měli umět, nebo dokonce nebudete schopni nový kurz úspěšně dokončit.

Je-li v tomto deníku uvedeno „S instruktáží“, znamená to „Je schopen splnit úkol po vysvětlení podmínek a s případnou fyzickou dopomocí“.

Kurzy ČSJ pro mládež jsou minimálně dvoudenní. Mohou však být i delší, zvláště pokud jste od vašeho předchozího kurzu na lodi dlouho nebyli. Jachting je sport, ve kterém se nejvíce zlepšujete praxí, a je proto důležité, abyste mezi kurzy co nejvíce plachtili. Trénink dělá námořníky!

Jachtař, který nemůže splnit vše, co osnovy kurzu vyžadují, např. kvůli fyzickému postižení, může také získat certifikát, byť s patričnou poznámkou (například „Potřebuje pomoc při převržení“).

Po ukončení 4. úrovně můžete dále své schopnosti rozvíjet v některém z pěti kurzů pro pokročilé. Můžete si vybrat kterýkoliv modul dle Vašeho zájmu – závodění, rekreační jachting, námořní dovednosti nebo sportovní jachting pro náročné – volba je jen a jen na vás... Stačí si jen nechat do jachtařské knížky potvrzovat nově nabytou praxi. Kromě toho nabízíme také další dva kurzy, které vám pomohou zlepšit závodnické umění. Dobrý vítr do plachet!



# ZAČÍNÁME S JACHTINGEM

Úroveň 1

Základní dovednosti

Po absolvování tohoto úvodního kurzu budete mít základní znalosti o plachtění a první zkušenosti s kormidlováním a ovládním lodě. Úrovně 2, 3 a 4 vám snadno umožní dokončit získání základních jachtařských znalostí a dovedností.

Praktické dovednosti		Splněno
Příprava lodě - strojení	Umí pomáhat se strojením lodě.	
Spuštění na vodu, vytažení z vody a odstrojení**	Zvládne spustit malou plachetnici na vodu a podle instrukcí s ní odjet.	
	Umí upevnit loď na manipulační podvozek.	
	Umí pomoci s vytažením lodě z vody a s jejím odstrojením a uložením vybavení.	
Práce s lany	Umí osmičkový uzel a umí uvázat/zaseknout výťah plachy.	
Technika jízdy a manévrování	Podle pokynů přiměřeně zastane práci posádky/kosatníka*.	
	Zvládá kormidlování při jízdě pod plachtami i při jízdě ve vleku.	
	Zvládá kormidlování při jízdě na boční vítr tam a zpět (včetně obratu).	
	Rozumí základnímu ovládní plachetnice.	
	Chápe základní principy zastavení, ví jak zrychlit nebo zpomalit a jak se dostat ze situace, kdy loď stojí proti větru.	
	Umí pádlovat nebo veslovat (pádlem, lodním hákem nebo vesly).	
	Umí zavolat pomoc.	
Oblečení a vybavení	Umí si správně nasadit vestu. Při plavání ve vestě se ve vodě chová s jistotou.	
Záchrana převržené lodě	Chápe, že je vždy nutno zůstat u převržené lodě.**	
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Umí pojmenovat základní části lodě (tj. trup, stěžeň, kormidlo, páka, ploutev, otěže apod.).		
Ví, jak pomoci jiným v nouzi (ohrožení).		
Zná lokální (jachtařská) rizika.		
Umí nachystat loď pro vlečení.		
Oblečení a vybavení	Rozumí zásadám osobní bezpečnosti a ví, jak se správně obléct na vodu (včetně pokrývky hlavy a vhodné obuvi).	
Meteorologie	Umí určit směr větru.	

\* neplatí pro výcvik na jednoposádkových lodích

\*\* neplatí pro kýlové lodě

Poznámky:

Lined area for notes with horizontal dashed lines and a dashed border.

**VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY**

Blank box for instructor signature.

Podpis instruktora



Blank box for school/club stamp.

Razítko školy/klubu

Ukončením tohoto kurzu získáte řadu jachtařských dovedností a znalostí a budete na nejlepší cestě stát se sebejistým jachtařem na malé plachetnici.

Praktické dovednosti		Splněno
Příprava lodě - strojení	Umí si postavit loď předí proti větru pro strojení.	
	Umí loď nastrojit.	
Spuštění na vodu, vytažení z vody a odstrojení**	Umí manévrovat s manipulačním podvozkem v bezpečné vzdálenosti od sousedících lodí a nadzemních překážek.	
	Při větru od břehu umí malou plachetnici spustit na vodu a vytáhnout z vody.	
Práce s lany	Umí uvázat kotevní smyčku a ambulantní uzel.	
Technika jízdy a manévrování	Umí zrychlovat a zpomalovat a umí zastavit vypuštěním plachet.	
	Zvládá rozjet loď poté, co se zastaví proti větru.	
	Umí jezdit na předobochní vítr a udělat obrat proti větru.	
	Je platným členem posádky/kosatníkem.*	
	Pod dohledem zvládá jízdu do trojúhelníku ve všech směrech větru (volitelně s halzou).	
Rozumí principům	Vyvázení (boční), trim plachet, polohy ploutve, nastavení plachet, skutečného směru plavby.	
	Návratu ke břehu nebo k molu (při větru od břehu).	
Záchrana převržené lodě	Nasedne do lodě převržené na bok a nechá se převrátit do správné polohy.*	
	Umí postavit převrženou malou plachetnici (konkrétní typ).	
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Technika jízdy a manévrování	Rozumí tomu, že směrem proti větru a v určitém úhlu na obě strany od tohoto směru nelze plachtit.	
	Rozumí pojmům závětrný/závětří, návětrný/návětří a halza.	
Obecné		Splněno
VÍ, CO JE / JSOU	Kulatiny a takeláž.	
	Plachty a jejich části.	
	Ovládací lana, ploutev a kormidlo.	
	Větry různých směrů.	
	Nutnost informovat o své plavbě někoho na břehu.	
	Překážky postavené lidskou činností, např. nadzemní elektrická vedení, jezy.	



<b>„Dopravní“ pravidla</b>	Rozumí základnímu pravidlu Vitr zleva/Vitr zprava (pravobok/levobok).	
<b>Meteorologie</b>	Zná více způsobů, jak určit směr větru.	
<b>Oblečení a vybavení</b>	Umí zvolit a správně obléci plovací vestu.	
	Zná správné oblečení na vodu.	

\* neplatí pro výcvik na jednoposádkových lodích

\*\* neplatí pro kýlové lodě

**Poznámky:**

Blank area for notes with horizontal dashed lines.

**VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY**

Blank box for instructor signature.

Podpis instruktora



Blank box for school/club stamp.

Razítko školy/klubu

Po ukončení Úrovně 3 budete schopni plachtit při libovolném směru větru a budete umět ustrojít a spustit loď na vodu. S vašimi schopnostmi a znalostmi se budete moci považovat za jachtaře a přestanete být začátečníkem.

Praktické dovednosti		Splněno
Příprava loď - strojení, spuštění na vodu, vytažení z vody a odstrojení **	Umí nastrojít loď, spustit ji a vytáhnout při větru vanoucím směrem ke břehu.	
	Na břehu umí zrefovat plachty v závislosti na povětrnostních podmínkách.	
	Umí sbalit a uskladnit loď na břehu.	
Práce s lany	Umí uvázat dračí smyčku, lodní smyčku a lodní smyčku s vloženým závitem.	
Technika jízdy a manévrování	Umí předvést základy následujících znalostí/dovedností:	
	Vytažení plachet, vyvážení loď (boční), trim a nastavení plachet, skutečný směr plavby, poloha ploutve.	
	Zvládá jízdu na všech kurzech trojúhelníkové trati.	
	Umí křížovat proti větru.	
	Zvládá halzu při plavbě na zadoboční vítr.	
	Umí postavit převrácenou malou plachetnici jak v roli kormidelníka, tak kosatníka. **	
	Umí přistát bokem k jiné vyvázané lodi.	
	Umí se připravit na vlečení a převzít vlečné lano z motorového člunu.	
Umí zachytit kotevní bójku.		
Závodění	Chápe trať a startovní proceduru.	
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Manévrování	Vi, co dělat při pádu člověka do vody (muž přes palubu).	
	Vi, jak plachtit v libovolném kurzu vzhledem k větru.	
Obecné	Vi, jak funguje plachta – zná základy aerodynamiky.	
	Zná základní terminologii pro jízdu na vodě (závětrí, návětrí, odpadání, vyostřování).	
	Chápe důležitost jasné a srozumitelné komunikace na palubě.	
	Rozumí nebezpečím, která hrozí u návětrného břehu a při plachtění v blízkosti dalších osob a plavidel.	
	Rozumí pokynům vydávaným pro plavbu u pobřeží.	
Chápe důležitost zajištění osobní bezpečnosti a důležitost informovat o plavbě někoho na břehu.		

<b>Obecné</b>	Je si vědom nebezpečí podchlazení a důležitosti výcviku první pomoci.	
<b>„Dopravní“ pravidla</b>	Zná základní plavební pravidla Vítr zleva/Vítr zprava (pravobok/levobok), návětrná loď a předjíždějící loď.	
<b>Meteorologie</b>	Ví, kde získat předpověď počasí.	
	Zná Beaufortovu stupnici síly větru.	
	Pozná, kdy zrefovat.	
<b>Oblečení a vybavení Rozumí tomu, jak je/jsou důležité:</b>	Používání osobních bezpečnostních pomůcek.	
	Zajištění plovatelnosti lodě (vzduchotěsné komory, polštáře apod.).	
	Základní bezpečnostní vybavení, např. kotva, pádlo, výběrák.	

\* neplatí pro výcvik na jednoosádkových lodích

\*\* neplatí pro kýlové lodě

**Poznámky:**

---



---



---



---



---



---



---



---

**VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY**

Podpis instruktora



Razítko školy/klubu

Získání certifikátu Úroveň 4 znamená, že máte schopnost plachtit na dvouposádkové plachetnici jako kormidelník i kosatník a umíte vyřešit nejrůznější problémy, které se mohou na vodě vyskytnout. Úspěšné absolvování tohoto kurzu vám otevírá bránu ke kurzům pro pokročilé.

Praktické dovednosti		Splněno
Příprava lodě. Strojení, spuštění na vodu, vytažení z vody a odstojení **	Umí nastrojít loď, spustit ji a vytáhnout při jakémkoliv směru větru.	
	Umí připravit a nastavit loď v závislosti na povětrnostních podmínkách s využitím ovládacích prvků k nastavení plachet a takeláže, např. pomocí záklonu stěžně, refování.	
Práce s lany	Zná použití a umí uvázat osmičkový uzel, kotevní smyčku, ambulantní uzel, dračí smyčku, lodní smyčku, lodní smyčku s vloženým závitem, škotový uzel.	
Technika jízdy a manévrování. Umí předvést:	Techniku jízdy a manévry z Úrovně 3 na plachetnici s posádkou.	
	Správnou komunikaci v roli kormidelníka i kosatníka/posádky.	
	Aktivní využití nastavení plachet, vyvážení lodě (boční), strojení lodě, skutečného směru plavby a polohy ploutve na vodě v roli kormidelníka i kosatníka, včetně jízdy podle špionků.	
	Zvládnutí záchrany muže přes palubu.	
	Přistání na pláži**, u mola nebo bóje při jakémkoliv směru větru.	
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Má znalosti o:	Řádu plavební bezpečnosti.	
	Základních plavebních značích a oblastech plavby.	
	Beaufortově stupnici.	
	Synoptických mapách.	
	Základní teorii přílivů a odlivů.	
	Vi, jak postavit loď převrženou stěžněm dolů (tzv. na eskymo).**	
POBŘEŽNÍ PLAVBA (volitelný doplněk pro zájemce o plavbu na moři, v ČR a SR pouze teorie)		Splněno
Zvládá v praxi všechny techniky plachtění a jachtařské manévry v přílivových vodách.		
Všeobecné jachtařské znalosti	Zná Mezinárodní pravidla pro zabránění srážkám na moři (COLREG).	
Všeobecné jachtařské znalosti	Má základní znalosti o systému bójí IALA, o používání přílivových tabulek a způsobu určení přílivových proudů.	

\* neplatí pro výcvik na jednoposádkových lodích

\*\* neplatí pro kylové lodě

Poznámky:

A large rectangular area with a dashed blue border, containing 15 horizontal dashed lines for writing notes.

**VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY**

A white rectangular box for the instructor's signature.

Podpis instruktora



A white rectangular box for a school or club stamp.

Razítko školy/klubu



Jakmile jste zvládli roli kormidelníka i kosatníka/posádky na malé plachetnici, otevírá se vám celá řada možností, jak své jachtařské schopnosti zdokonalovat. Stejně jako u jiných sportů, naprostým základem pro zlepšení je trénink a nejlepší cesta, jak se stát dobrým jachtařem, je plachtit na různých typech lodí a v nejrůznějších podmínkách.

Budete-li chtít po procvičení svých schopností i nadále rozšiřovat své jachtařské obzory, pak jedním z nejlepších způsobů je přihlásit se do některého z dalších kurzů.





Po absolvování Úrovně 4 vám systém výuky jachtingu ČSJ nabízí kurzy pro pokročilé. Teoreticky lze každý z nich absolvovat v průběhu dvou dní, nicméně mohou být také mnohem delší. Každý z kurzů vám představí jiný způsob jachtingu a můžete se při nich potkat s různými třídami plachetnic, zejména v závislosti na lokalitě konání kurzu.

Proč nesdílet své zkušenosti s kamarády? Asistentem instruktora v jachtařské škole se může stát každý, kdo má dostatek schopností a zkušeností. Více informací poskytne každý hlavní instruktor jachtařské školy.



Vaše schopnosti budou o krok dál než po získání Úrovně 4. V průběhu kurzu si vylepšíte a vyzkoušíte své schopnosti a naučíte se řešit problémy na vodě. Kurz vám dá pevný základ do budoucna, zlepší vaši sebedůvěru a samostatnost na vodě.

Praktické dovednosti		Splněno
Práce s lany	Umí uvázat rybářskou spojku a škotový uzel.	
	Umí zakončit lano zatavením nebo ovinutím nití.	
Spuštění na vodu, vytáhnutí z vody	Umí odplout a vrátit se na pláž, k molu nebo k bóji – návětrný/závětrný břeh.	
Technika jízdy a manévrování. Umí:	Zastavit loď postavením do dryfu.	
	Refovat na vodě.	
	Zachránit muže přes palubu.	
	Být vlečen.	
	Kotvit. ***	
	Couvat.	
	Plachtit i za nepříznivých podmínek. ** ** **	
Vi, jak připravit přívěs na loď a zabezpečit ji na něm.		
Pobřežní plavba (volitelný doplněk pro zájemce o plavbu na moři, v ČR a SR pouze teorie)		Splněno
Umí své jachtařské dovednosti prakticky využít v pobřežních vodách.		
Umí používat přílivové tabulky pro danou lokalitu.		
Rozumí „dvanáctinovému“ pravidlu a má povědomí o slapových proudech.		
Má základní znalosti map a důležitých mapových symbolů.		
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Jachtařská teorie	Zná pojmy: návětrí, závětrí, proti větru, po větru, vyostřit, odpadnout, jízda ve skluzu, couvání, samovolné vyostření.	
	Zná a umí prakticky používat následující pravidla pro zabránění srážkám: setkávání jiných plachetnic, setkávání lodí se strojním pohonem (plavidel s vlastním pohonem), plavba v úzkém plavebním kanálu a jeho křížení, chování plavidla s předností plavby.	
Převržená loď	Vi, jak postavit loď převrženou stěžněm dolů (tzv. na eskyho).**	
Meteorologie	Umí vyhledat informace o aktuálním počasí.	



<b>Meteorologie</b>	Umí vyhodnotit předpověď počasí a chápe lokální odlišnosti.	
	Zná Beaufortovu stupnici a vnímá změny povětrnostních podmínek.	
<b>Hodnocení pokročilých dovedností</b>	Uchazeč o tento certifikát musí doložit záznamy o nejméně dvouleté jachtařské praxi. Dále musí úspěšně zvládnout praktické části kurzu a odpovědět na otázky z teoretické části.	
	Uchazeč o hodnocení plavby v pobřežních vodách musí prokázat znalosti a zkušenosti z příbřežní oblasti.	

\*\* není nutné pro kýlové lodě

\*\*\* není nutné pro vícetrupé plachetnice

**Poznámky:**

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

## VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY

Podpis instruktora



Razítko školy/klubu

Krátký, ale nejspíš nejobtavnější výukový program ze všech kurzů ČSJ. Naučíte se vše, co potřebujete k tomu, abyste si mohli užít plachtění na moderních lodích vybavených spinakrem.

Praktické dovednosti		Splněno
Příprava lodě - strojení	Umí nastrojit loď včetně spinakru a hrazd (je-li jimi loď vybavena).	
Spuštění na vodu, vytažení z vody	Umí na vodu spustit loď s otevřenou zádí / palubami.** ***	
Technika jízdy a manévrování	Zvládá roli kosatníka i kormidelníka a umí přitom vhodně využívat veškeré vybavení, které je k dispozici.	
	Umí vytáhnout spinakr, udělat s ním halzu a stáhnout ho – jak v roli kosatníka, tak kormidelníka.	
	Umí vybrat nejlepší kurz pro jízdu po větru a zdůvodnit svou volbu.	
Převržená loď	Zvládá stavění převržené lodě se spinakrem.	
	Vi, jak postavit loď úplně převrženou stěžněm dolů (tzv. na eskymo).**	
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Závodění	Má povědomí o typech tratí pro daný typ lodě.	
Jachtařská teorie	Rozumí pojmu zdánlivý vítr.	
	Rozumí vlivům tvaru trupu na jízdní vlastnosti.	
	Umí si zjistit potřebné informace a podle nich nastavit takeláž pro různé podmínky.	
Hodnocení pokročilých dovedností	Uchazeč o tento certifikát musí samostatně a s jistotou předvést vše, co je požadováno v praktické části a uspokojivě odpovědět na otázky týkající se teorie na břehu i na vodě.	

\*\* není nutné pro kýlové lodě

\*\*\* není nutné pro vícetrupé plachetnice

### VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY

Podpis instruktora 

Razítko školy/klubu

Při plachtění u pobřeží můžete objevovat místní vody a zároveň prohlubovat své znalosti plánování a rozhodování při turistice s malou lodí. Naučíte se také základům navigace a zvládnutí silného větru.

Praktické dovednosti		Splněno
Příprava lodě - strojení	Umí připravit a vybavit loď pro delší plavbu včetně bezpečnostních a navigačních pomůcek, oblečení a jídla.	
	Umí vše správně rozmístit v lodi.	
Technika jízdy a manévrování	Umí naplánovat a podniknout celodenní plavbu, včetně zohlednění plavebních/navigačních rizik a předcházení kolizím.	
	Umí použít kotvu při přistání a odplutí k/od návětrného břehu. ** ***	
Nepříznivé podmínky	Je schopen se zachránit i po úplném převržení (stěžněm dolů). **	
	V případě poškození vybavení umí improvizovat.	
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Jachtařská teorie	Má znalosti o manévrování a jízdě v silném větru a složitých podmínkách (je-li to možné, tak i prakticky).	
První pomoc	Má základní znalosti o první pomoci. Držitelé certifikátu první pomoci mohou tento bod přeskočit.	
Navigace Umí naplánovat denní plavbu v pobřežních vodách, včetně znalosti:	Publikací, tj. map, přílivových tabulek.	
	Navigačních pomůcek.	
	Použití GPS.	
	Výše přílivu a proudů, dvanáctinové pravidlo.	
	Rozhodování včetně naplánování alternativ.	
	Práce s magnetickým kompasem: variace / deviace.	
	Práce s mapami.	
	Využití tranzitů a náměrů pro kormidlování a určení pozice.	
Zaznamenávání a určování pozice.		
Meteorologie	Zná zdroje informací o počasí. Rozumí tlakovým systémům (výše - níže). Má povědomí o změnách povětrnostních podmínek. Rozumí základním synoptickým mapám.	
Hodnocení pokročilých dovedností	Uchazeč o tento certifikát musí doložit záznamy o nejméně dvouleté jachtařské praxi. Dále musí samostatně, účelně a bezpečně předvést zvládnutí praktické části. Také musí správně zodpovědět otázky z oddílu teorie a vždy, kdy je to možné, předvést jejich správné použití na břehu i na vodě.	

\*\* není nutné pro kýlové lodě

\*\*\* není nutné pro vícetrupé plachetnice

Poznámky:

Large dashed-line area for notes.

**VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY**

Podpis instruktora 

Razítko školy/klubu

Zlepšíte se ve vedení lodě a získáte jistotu jízdy na sportovních lodích. Ideální příležitost nechat se vést při tréninku v pozici kormidelníka i kosatníka/posádky a zvládnout hladkou a plynulou sportovní jízdu se spinakrem i bez něj.

Praktické dovednosti		Splněno
Příprava lodě - strojení	Umí nastrojit jakoukoliv malou plachetnici, včetně spinakru a hrazd (je-li jimi loď vybavena).	
Technika jízdy a manévrování	Umí nejhodnějším způsobem efektivně využívat posádku a vybavení pro plavbu při jakémkoliv kurzu v nejrůznějších podmínkách, včetně zvládnutí symetrického nebo asymetrického spinakru.	
	Je schopen rozeznat a využít poryvů a změn směru větru k nalezení nejlepšího kurzu při stoupání proti větru / při jízdě na zadní vítr.	
	Umí postavit převrženou loď se spinakrem.**	
	Vi, jak postavit loď převrženou stěžněm dolů (tzv. na eskymo).	
Všeobecné jachtařské znalosti		Splněno
Jachtařská teorie	Chápe, jak využít změny směru větru a lokálních proudů a protiproudů.	
	Rozumí tvaru trupu a typu takeláže včetně jejich vlivu na výkon lodě.	
	Chápe jízdu ve skluzu a v silném náklonu.	
Meteorologie	Vi, kde nalézt informace o aktuálním vývoji počasí.	
	Zná hlavní charakteristiky tlakových systémů (výše/níže) a základní výklad synoptických map.	
	Všímá si změn povětrnostních podmínek.	
Hodnocení pokročilých dovedností	Uchazeč o tento certifikát musí doložit záznamy o nejméně dvouleté jachtařské praxi.	
	Dále musí samostatně, účelně a bezpečně předvést zvládnutí všech bodů praktické části při jízdě na sportovní plachetnici. Také musí správně zodpovědět otázky z oddílu teorie a vždy, kdy je to možné, předvést jejich správné použití na břehu i na vodě.	

\*\* není nutné pro kýlové lodě

\*\*\* není nutné pro vícetrupé plachetnice

## VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY

Podpis instruktora

Razítko školy/klubu

### Dvoudenní kurz určený závodníkům-začátečnickům jako úvod do závodní kariéry

Vaše startovní čára pro radost ze závodění. Vše, co potřebujete vědět, abyste uměli projet závodní trať a vytvořili si základy pro budoucí vítězství. Kurz je zaměřený zejména na praktické dovednosti.

<b>Fyzická příprava</b>	<b>Splněno</b>
Chápe stravu jako zdroj energie.	
Je mu zřejmá potřeba doplňovat tekutiny.	
<b>Příprava lodě</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak nastrojít/připravit závodní plachetnici.	
Ví o existenci třídivých trimovacích příruček.	
<b>Vedení lodě</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak nastavit ovládací prvky oplachtění při různých kurzech a podmínkách.	
<b>Rychlost lodě</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak nastavit ovládací prvky oplachtění při různých kurzech a podmínkách.	
<b>Týmová práce</b>	<b>Splněno</b>
Ví, proč je zapotřebí partnerského ducha a kvalitní spolupráce na lodi.	
<b>Strategie a meteorologie</b>	<b>Splněno</b>
Umí získat a pochopit jednoduché předpovědi počasí.	
Ví, co je čistý vítr, poryv, větrná „díra“.	
<b>Závodní pravidla</b>	<b>Splněno</b>
Základy závodních pravidel a pochopení základních pravidel přednosti.	
<b>Taktika</b>	<b>Splněno</b>
Rozumí základním situacím při souboji dvou lodí.	
<b>Starty</b>	<b>Splněno</b>
Ví, co je tranzit.	
Umí předvést základy startování.	

## VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY

Podpis instruktora

Razítko školy/klubu

## Pětidenní kurz výuky techniky a znalostí potřebných pro závodění na lokální úrovni

Kurz navazuje na základy závodění. Zaměřuje se na lepší znalost základních principů startovních manévrů, získávání rychlosti lodě, strategii a taktiku. Kurz je zaměřený zejména na praktické dovednosti.

<b>Psychická příprava</b>	<b>Splněno</b>
Má základní znalosti o tom, jak stres ovlivňuje plachtění.	
<b>Fyzická příprava</b>	<b>Splněno</b>
Zná strečinková cvičení doporučovaná po návratu z vody.	
Chápe význam správného pitného režimu a výživy v průběhu závodu.	
<b>Příprava lodě</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak používat trimovací příručku a umí nastavit loď pro různé podmínky.	
Ví, jak připravit loď pro závody: trup, kulatiny, plachty, kování, takeláž a ovládací prvky.	
<b>Vedení lodě</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak ovládat loď bez kormidla.	
Chápe principy manévrování při nízké rychlosti, včetně zastavení, rozjetí a couvání.	
<b>Rychlost lodě</b>	<b>Splněno</b>
Má základní znalosti aerodynamiky - ví, jak pracuje plachta, jak zvýšit nebo snížit výkon takeláže a odstranit návětrnost nebo závětrnost lodě.	
Ví, jak nastavit loď pro nejrůznější podmínky.	
<b>Týmová práce</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak rozdělit role posádky v různých částech trati.	
Ví, jak si na lodi posádka dělí úkoly.	
<b>Strategie a meteorologie</b>	<b>Splněno</b>
Rozumí pojmům čistý vítr, poryv, větrná díra.	
Umí analyzovat předpověď počasí v místě závodu.	
<b>Závodní pravidla</b>	<b>Splněno</b>
Dobře zná 2. část a definice Závodních pravidel jachtingu.	
Chápe, jak jezdit podle závodních pravidel.	
<b>Taktika</b>	<b>Splněno</b>
Rozumí taktice při souboji dvou lodí, ví, co je beznadějně návětrná pozice, jak hlídat soupeře a uniknout z této situace, chápe význam čistého větru.	
<b>Starty</b>	<b>Splněno</b>
Rozezná výhodnější konec startovní čáry.	
Ví, jak si udržet volné místo v závětrí, umí se udržet na startovní čáře a rozjet se z ní.	

## VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY



Podpis instruktora



Razítko školy/klubu

Poznámky:



## VŠECHNY ČÁSTI SPLNĚNY



Podpis instruktora



Razítko školy/klubu



## Pětidenní kurz určený k rozvoji závodních schopností a znalostí potřebných pro závody celorepublikového a mezinárodního významu

Kurz rozvíjí schopnosti potřebné pro celorepublikové a mezinárodní závody. Je zaměřený zejména na praktické dovednosti.

<b>Psychická příprava</b>	<b>Splněno</b>
Má znalosti o průběžných a konečných cílech.	
<b>Fyzická příprava</b>	<b>Splněno</b>
Chápe důležitost správného pitného režimu a stravování před závodem, v jeho průběhu i po něm.	
Zná důsledky nedostatku spánku.	
<b>Příprava loď</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak vylepšit povrch ploutve a kormidla, optimalizovat loď v rámci třídových pravidel, používat trimovací příručku.	
Ví, jak zkontrolovat vlek – ložiska kol, splnění právních předpisů a bezpečnostních zásad před tím, než se vydá na cestu.	
<b>Vedení loď</b>	<b>Splněno</b>
Chápe důležitost týmové práce a koordinace. Ví, jak na závody trénovat samostatně.	
Rozumí principům ovládnání a vyvážení loď plachtami a umí tuto znalost předvést provedením trestných otáček.	
<b>Rychlost loď</b>	<b>Splněno</b>
Chápe význam jednotlivých ovládacích prvků plachet a jejich vliv na plachty.	
Ví, jak na vodě „řadit rychlosti“ při různých podmínkách.	
Ví, jak využít trimovací příručku při různých podmínkách a jak vytvořit vlastní návod pro trimování a umí jej po závodě vyhodnotit.	
<b>Týmová práce</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak úspěšně rozebrat průběh závodu a uvolnit se, umí stanovit tréninkové cíle.	
Umí efektivně komunikovat a reaguje na změny podmínek.	
<b>Strategie a meteorologie</b>	<b>Splněno</b>
Před vyplutím umí připravit závodní strategii založenou na předpovědi počasí, místních podmínkách apod.	
<b>Závodní pravidla</b>	<b>Splněno</b>
Zná dobře závodní pravidla a dodržuje je.	
<b>Taktika</b>	<b>Splněno</b>
Ví, jak si udržet pozici na čistém větru při stoupání proti větru, zná taktiku při jízdě ve skupině, zná útočné a obranné situace.	
Rozumí taktice ve skupině, taktice předjetí a obrany, hlídání soupeře, různého přiblížení se ke značkám dráhy a ví, kdy odhalzovat nebo odpadnout.	



Závodění je vzrušující a společenský způsob, jak vylepšit vaše jachtařské schopnosti. Začátky mohou být těžké, nicméně následující odstavce zdůrazňují, co je třeba zvážit, než se začnete učit závodit, a poradí vám co dělat, aby vás závodění bavilo a bylo pro vás přínosem.

**Je mnoho způsobů, jak se dostat k závodění:**

## Jachtařské kluby

Většina veškerého závodění je organizována jachetními kluby, nejčastěji odpoledne nebo o víkendech. Větší kluby mívají oddíl mládeže s organizovanými tréninky.

V některých klubech mají členové možnost pronajmout si klubovou loď nebo plachtit společně s jinými členy klubu, v některých však budete potřebovat vlastní loď. Mnoho klubů pořádá pravidelné kurzy a tréninky na různých výkonostních úrovních. Některé organizují závody, a to včetně závodů regionálního nebo celorepublikového významu, obvykle pro určité lodní třídy (viz. níže).

## Lodní třídy

Členové asociací lodních tříd závodí na lodích stejné třídy. Kromě místních a regionálních závodů mívají obvykle sérii závodů celorepublikového významu (pohárová soutěž) s jednotlivými závody na různých místech ČR a jeden závod Mistrovství ČR. Mnozí členové asociace lodní třídy jsou zároveň členy svého „domovského“ jachtklubu, ale je také možné být pouze členem asociace a účastnit se závodů.

## Jak začít v jachtařském klubu

Většina jachtařských aktivit se odehrává pod záštitou jachtařských klubů a oddílů na vodních plochách v celé České republice. Ve většině klubů rádi přijmou nové členy. Nejlepší je kontaktovat někoho z vedení klubu a domluvit se, jaké aktivity provozují, zda je možné se stát členem a za jakých podmínek.

Jachtařské oddíly jsou sdruženy v Českém svazu jachtingu (ČSJ), na webových stránkách [www.sailing.cz](http://www.sailing.cz) najdete jejich seznam i kontaktní údaje.

**Výběr vhodného jachtklubu závisí jen na vás, ale rozhodujte se hlavně podle následujících kritérií:**

- Nabízí klub výuku pro začátečníky?
- Je daná lokalita vhodná a bezpečná pro začátečníky?
- Na jakých lodních třídách se u nich závodí a kdy?
- Kolik stojí členství v klubu a jaké jsou podmínky přijímání nových členů?
- Musím si koupit vlastní loď nebo je k dispozici klubová?

Některé oddíly poskytují začátečníkům starší klubové lodě, nebo můžete začít jezdit s někým jako posádka, v některých klubech si ale rovnou musíte pořídit loď vlastní. Jezdit s někým zkušenějším je obvykle pro začátečníky ideální způsob, jak získat správné návyky a základy.

Pokud se rozhodnete pro koupi vlastní lodě, je nejlepší předem si zjistit, na jakých třídách se závodí ve vašem okolí nebo ve vybraném klubu. Loď také vyberte s ohledem na vlastní fyzické dispozice a schopnosti.













## Jachtařský deník pro mládež

Jachting je sport, ve kterém se zdokonalíte jedině praktickým tréninkem, nejlépe pod vedením kvalitního instruktora. Jachtařské kurzy pro děti a mládež nabízejí výuku plachtění vedenou zábavnou a progresivní formou. Tato jachtařská knížka vám umožní zapisovat si pokroky a znalosti dosažené v jednotlivých certifikovaných kurzech.

### ČSJ

Organizace Český svaz jachtingu je zastřešujícím orgánem, pod nějž spadá provozování sportovní činnosti v oblasti jachtingu, která se realizuje v jejich členských subjektech – sportovních oddílech, jachtklubech a dalších organizacích se sportovní činností související s jachtingem. Pracuje ku prospěchu všech, kteří milují tyto aktivity, a vede kampaň za jejich zájmy na lokální, regionální, národní, evropské i světové úrovni.