

# 🧭 5 réglages pour remonter au vent sans forcer

***Le pense-bête du marin pour un près fluide, rapide et équilibré***

---



## 1. Gardez le bateau vivant : la vitesse avant le cap

Au près, **la vitesse est votre meilleure amie.**

C'est elle qui crée la portance dans les voiles et maintient le flux d'air régulier.

Un bateau qui remonte trop au vent s'arrête, tape dans les vagues et dérive.

➡ Cherchez la glisse, pas la raideur.

- Laissez un peu de liberté à la barre : le bateau doit respirer.
- Acceptez de perdre quelques degrés de cap pour garder un nœud de vitesse.
- Dans la houle, **abatbez légèrement dans le creux**, relancez en crête.
- Ne forcez jamais le près : **vitesse d'abord, cap ensuite.**



*Astuce : si la barre devient lourde ou si la gîte augmente brutalement, vous êtes trop toilé ou trop bordé.*

---



## 2. Réglez vos voiles pour un flux régulier

Le secret d'une voile bien réglée ?

Elle **travaille sans trembler**. Ni faseyement, ni bruit sec, ni battement dans les risées.

### Grand-voile

- **Aplatissez** quand le vent monte : plus de tension à la bordure et au pataras (si possible).
- **Ouvrez la chute** en haut (twist- en choquant du chariot) pour évacuer la surpuissance.

## Foc ou génois

- Au près le **foc est votre moteur principal.**
- **Chariot reculé** dans le vent fort → ouverture du haut et profil aplati..
- **Chariot avancé** dans le petit temps → plus de creux et de traction.
- Une chute trop fermée bloque le flux et fait fasseyer la GV ; trop ouverte, vous perdez du cap.



*Regardez vos penons : s'ils volent horizontalement, le vent circule bien.*

---



## 3. Trouvez l'équilibre entre grand-voile et foc

Si le foc est trop bordé, il étouffe la grand-voile.

Si la GV est trop puissante, elle fait lofer le bateau.

Cherchez le **centre de pression équilibré** :

- Le bateau doit tenir sa route sans effort à la barre.
- Si la barre tire vers le vent (bateau ardent) → trop de puissance à l'arrière → ouvrez la GV.
- Si le bateau a tendance à abattre → trop de puissance à l'avant → choquez un peu le foc.



*L'équilibre, c'est quand le bateau file droit, sans effort dans la barre, avec une gîte douce et régulière.*

---



## 4. Adaptez vos réglages à la mer

En mer formée, le près devient un exercice de souplesse.

Le bateau doit **passer les vagues**, pas les frapper.

- **Anticipez la vague suivante** : relancez dans le creux, lofez en haut.

- Si la mer est de travers, restez plus plat ; face à la houle, gardez de la puissance.
- Ne cherchez pas à tout prix le cap : un bateau à l'arrêt ne remonte plus rien.

 *Plus la mer est courte et raide, plus il faut naviguer en souplesse, avec des réglages un peu plus ouverts.*

---

## 5. Maîtrisez la gîte et la puissance

La gîte est normale — elle indique que les voiles travaillent.

Mais trop de gîte fait dériver le bateau et fatigue le barreur.

- **Prenez un ris avant de subir** : trop de surface de grand-voile ne fait pas avancer plus vite.
- Surveillez la barre : si elle devient dure malgré vos réglages, vous êtes surtoilé.
- Ajustez la quête du mât si possible :
  - Vent fort → mât légèrement sur l'arrière pour adoucir la barre.
  - Petit temps → mât plus droit pour relancer la puissance.