

# DESTELLING

De Waterkampioen legt een stelling voor aan deskundigen met een tegengestelde mening



Praat mee op het forum over de stelling. Ga naar [anwbwatersport.nl](http://anwbwatersport.nl)

## OM TE LEREN ZEILEN HOEF JE NIET NAAR EEN ZEILSCHOOLO

**Pieter Moerman, zeilinstructeur en oprichter van de site [beterzeilen.nl](http://beterzeilen.nl)**

"Steeds vaker zie je mensen de boot optuigen met een iPad in de hand. Wegvaren kun je ook prima leren met een filmpje."

"Het is even wiebelen als je aan boord stapt van een laser, nadat je zelf het zeilen hebt geleerd van Youtube-filmpjes. Maar je komt er wel uit. Natuurlijk kan een laser omslaan, maar met een instructeur in de buurt gebeurt dat net zo makkelijk. De Britse zeilbond RYA heeft trouwens filmpjes die uitleggen hoe je aan boord moet stappen. Op een kielboot heb je al helemaal geen problemen.

Een simulatie op de computer helpt om beginners een idee te geven van wat zeilen nu eigenlijk is. Hoe werkt een zeilboot en welke koersen kan ik varen? Het beeldscherm toont de boot van boven of van achteren. De zeiler is een animatiefiguur in de boot. De windrichting is af te lezen aan het vaantje, de golven of een rechthoekje in het scherm. Manoeuvres als overstag gaan zijn zo prima te ervaren. Wie door de wind gaat, ziet de zeilen klapperen. Als er een windvlaag komt, zegt een voice-over: 'Pas op, je moet nu aan de hoge kant gaan zitten' of: 'Je moet gaan hangen'. Je laat de schoot wat vieren en je vaart weer recht door.

Daar leer je veel van. Websites met een stapsgewijze beschrijving en foto's helpen ook om bijvoorbeeld te leren wenden. Kan ik ook, denk je als een instructeur het overstag gaan voordoet, maar in de praktijk valt het nadoen van zo'n reeks handelingen best nog tegen. Met een stappenplan en online instructie lukt dat een stuk beter."

V  
O  
O  
R



Rutger van Schaardenburg

**Laserzeiler Rutger van Schaardenburg, zilveren medaillewinnaar op het EK in Ierland (september 2013).**

"Zeilen leren vanachter de computer? Dat gaat niet, want je mist het zeilgevoel."

"Als je ongetraind in een laser stapt, dan loop je grote kans dat je er meteen uitvalt. En als dat niet gebeurt tijdens het instappen, dan sla je wel om tijdens het zeilen. Op een laser is alles instabiel. Je moet voortdurend in balans blijven. Je gebruikt je hele lichaam. Het is heel belangrijk om te leren hoe je je lichaam moet bewegen. Bij het zeilen van een laser draait alles om timing en gevoel. Dat zeilgevoel is niet alleen belangrijk op een laser, maar ook op andere boten. Hoeveel kracht staat er op de schoot? Hoe is de druk op je roer en hoe is de hellingshoek: hoe schuin gaat mijn boot? Dat zijn de basis-ingrediënten van het zeilen.

Een simulatie op de pc kan er vast mooi uitzien en je kunt een boot met je muis misschien de goede kant opsturen, maar hoe ga je om met een inkomende vlag? Hoe pak je een golf mee op het juiste moment en op de goede manier? Dat soort zaken moet je voelen. Dat werkt niet achter een pc. Je kunt op de computer kijken naar een vaantje of naar neggolven, maar je voelt niet de wind op je handen en op je gezicht. En als de boot omslaat, dan begint de ellende pas. Dat je met een computersimulatie kunt omslaan en weer op de boot kunt klimmen is grappig, maar het betekent nog niet dat je het in het echt ook kunt. Je moet toch echt geoefend hebben om te weten hoe dat werkt." ☺

Z  
E  
I  
L  
E  
N



Peter Moerman