

MÉTHODOLOGIE : STRATÉGIE ET TACTIQUE



1. Objectif Principal

Agir vite et efficacement en régate, en prenant des décisions claires et adaptées à chaque phase du parcours, surtout dans des flottes denses où chaque erreur peut coûter cher.

2. Les 4 Étapes Clés

Étape 1 : Actions Stratégiques – Où aller ?	Étape 2 : Actions Tactiques – Comment y aller ?
Étape 3 : Actions Techniques – Comment le faire ?	Étape 4 : Outils à Disposition – Avec quoi agir ?

Étape 1 : Actions Stratégiques - Où aller ?

Question : Identifier la zone la plus favorable sur le plan d'eau.

Paramètres à analyser (par ordre d'importance) :

- **Vent synoptique** : direction, intensité, évolution.
- **Brise thermique** : direction, intensité, évolution.
- **Effets de site** : pointe, île, couloir, côte, déviation/accélération du vent.
- **Courant** : direction, intensité, répartition.
- **Nuages** : type (cumuliformes/stratiformes), influence sur le vent.
- **État de la mer** : plate, clapot, houle, répartition.

Décision finale :

- Choisir entre **droite, gauche ou milieu** du parcours.
- Si aucune option n'est claire : rester attentif et prêt à s'adapter.

Étape 2 : Actions Tactiques - Comment y aller ?

Question : Déterminer la meilleure façon d'exploiter la zone favorable.

1 Vent :	2 Adversaires :	3 Parcours :
<ul style="list-style-type: none"> ● Oscillant, évolutif ou stable ? ● Adonnantes/refusantes, risées, zones de calme. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Prise de risque, écart latéral, contrôle de la flotte. ● Positionnement (vent/sous le vent/devant), règles de priorité. ● Gain/perte de places, engagement aux bouées. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Longueur des bords, position des bouées, cadre déformé. ● Route directe vs. route rapide, lay lines, côté de la ligne de départ/arrivée.

Décisions clés :

- Adapter la trajectoire en fonction de ces 3 paramètres, surtout **au départ, au près et au vent arrière.**

Étape 3 : Actions Techniques - Comment le faire ?

Question : Optimiser la vitesse et la maniabilité du bateau.

Points d'attention :

- **Manceuvres:**
 - Variantes de virements, empannages, passages de marques (serrés, avec bascule, etc.).
- **Réglages:**
 - Chronologie : cunningham, bordure, halebas, sangle (selon l'allure).
- **Conduite:**
 - Maximiser le **VMG** (vitesse et cap) au près et au portant.
 - Compromis entre plein vent arrière, grand large ou fausse panne.
 - Choix de l'amure en fonction des vagues.

Objectif : Être aussi rapide que les adversaires pour tactiquer efficacement.

Étape 4 : Outils à Disposition - Avec quoi agir ?

Question : Suivre en temps réel les éléments clés.

Outils et observations :

- **Vent:**
 - Compas (pour les variations de direction).
 - Trajectoires des adversaires (vitesse, cap, angle de remontée/descente).
 - Observation du relief et du plan d'eau (risées, calmes, changements de direction).
- **Position vs adversaires:**
 - Lignes de gisement, axe du bateau, gain/perte de terrain.
- **Situation sur le parcours:**

- Position par rapport aux bouées, lay lines, route directe.

3. Synthèse des Décisions

Étape	Focus	Actions Concrètes
Stratégie	Où aller ?	Analyser vent, brise, courant, effets de site → choisir droite/gauche/milieu.
Tactique	Comment y aller ?	Prioriser vent/adversaires/parcours → adapter trajectoire et manœuvres.
Technique	Comment le faire ?	Optimiser manœuvres, réglages et conduite pour maximiser le VMG.
Outils	Suivi en temps réel	Observer vent, adversaires, bouées → ajuster en continu.

4. Conseils Pratiques

01

Rester simple : se concentrer sur 1-2 paramètres stratégiques à la fois.

02

Observer en permanence : le plan d'eau, les adversaires, les changements de vent.

03

Anticiper : si une option est claire (ex. : bord gauche favorable), l'exploiter sans hésiter.

04

S'adapter : si aucune option ne se dégage, rester réactif aux opportunités.