

# Sommaire

Le petit temps : force 0 à 2	6
Stratégie et programme de navigation	7
Réglages et allures	12
Côté manœuvres	14
Voile ou moteur ?	16
Sécurité et vie à bord	17
Le vent médium : force 3 à 4	20
Stratégie et programme de navigation	21
Réglages et allures	23
Côté manœuvres	27
Voile ou moteur ?	29
Sécurité et vie à bord	29
La brise : force 5 à 6	33
Stratégie et programme de navigation	34
Côté manœuvres	39
Voile ou moteur ?	46
Sécurité et vie à bord	47