

La vie à bord**Se repérer sur le bateau**

Bâbord et tribord		
Emménagements et rangements		

Les équipements du quotidien

Attention à la cuve vide		
Vaisselle économique		
Lavabo économique		
Douche extérieure		
Remplissage de l'eau au port		
Eaux usées : les vannes		
Utilisation des toilettes		
Economiser l'électricité		
Tableau électrique		

Les besoins physiologiques à bord

Approvisionnement approprié		
Préparer un repas		
Gérer le mal de mer		
Gérer mon sommeil		

Le maintien du bateau en bon ordre de marche

Préparation du bateau avant de prendre la mer		
Rangement du bateau à l'arrivée au mouillage		
Rangement du bateau à l'arrivée au port		
Avant de quitter le bateau au port		
Rangements du bateau avant la nuit au mouillage		

Le fonctionnement du voilier et de ses appareils**Distinguer, comprendre et décrire**

L'amure		
Les allures		
Les espars et le gréement dormant		
Les différentes voiles		
Le fonctionnement des voiles		
Le gréement courant		
Les œuvres vives		
L'appareil à gouverner		
L'accastillage de pont		

Les manœuvres**Les cordages**

Terminologie des manœuvres		
Lover un bout		
Le nœud de chaise		
Deux demi-clés		
Le nœud de cabestan		
Le nœud de taquet		

Arrivées et départs

Installation des parre-battages		
Installation des amarres		
Déborder		
Amarrage du bateau		
Installation et rangement du biminitop		
Installation et rangement du taud de soleil		
Départ de port		

le mouillage

Manœuvre générale de mouillage		
L'oringage		
La main de fer		
L'utilisation du guindeau		
La levée du mouillage		
Le mouillage embossé		

Moteur in-bord

L'essentiel à savoir		
----------------------	--	--

Annexe

Mise en service de l'annexe		
Utilisation de l'annexe		
Entre les utilisations		

Etablissement et modification de la voilure standard

Envoi de la grand-voile depuis le cockpit		
Envoi de la grand-voile au mat		
Affalage de la grand-voile depuis le cockpit		
Affalage de la grand-voile au mat		
Envoi du génois		
Enroulage du génois		
Prise de ris depuis le cockpit		
Prise de ris au mat		
Largage de ris depuis le cockpit		
Largage de ris au mat		

La voilure d'appoint et de secours

Envoi du spi asymétrique		
Affalage du spi asymétrique		
Installation de l'étau largable		
Gréage du foc de brise		
Gréage du tourmentin		

Manœuvres de route générales

tenir le vent debout à la barre		
Lofer, abattre à la barre		
Tenir un cap compas en vue des côtes		
Tenir un cap compas au large avec repères visuels		
Tenir un cap compas au large sans repères		

Manœuvres de route à la voile

Le virement vent debout à la barre		
Tenir le près à la barre		
Tenir le près serré à la barre		
Tenir le vent arrière à la barre par petit temps		
Tenir le vent arrière à la barre par vent frais		
Tenir le vent debout à la barre		
Le virement vent debout aux écoutes		
L'empannage à la barre		
L'empannage aux écoutes		
La mise à la cape à la barre		
La mise à la cape aux écoutes		
Toile du temps et rapport voile d'avant / GV		

Réglage des voiles

Border juste		
Applatir, creuser		
Gérer la vrille		

La navigation et la météo**Navigation**

Unités		
Rose des vents		
Livre de bord		
Instruments		
Les dimensions du bateau		
Lire et manier la cartographie		
Donner un cap		
Faire un point GPS sur la carte papier		
Faire un point compas sur la carte papier		

Météo

L'échelle de beaufort		
Hauteur des vagues		