

SPIS TREŚCI

<i>Przedmowa</i>	5
MINI-HISTORIA ŻEGLARSTWA	7
Żeglarstwo polskie i w Polsce	20
Polskie drogi śródlądowe	23
O JACHCIE	25
Gdy budzi się zainteresowanie	25
Wybieramy łódź	27
Co to jest jacht	29
Jachty balastowe i bezbalastowe	30
Znajdźmy wspólny język	31
Uporządkujmy pojęcia	32
Kadłub	35
Drzewce	39
Olinowanie	42
Żagle	47
Okucia	50
BEZ TYTUŁU, ŻEBY NIE ODSTRASZYĆ CZYTELNIKA	54
Teoria łodzi w dawce dziecięcej	54
Stateczność	55
Metacentrum	57
Środek ożaglenia	60
Zrównoważenie łodzi	62
Ster	66
Jak wiatr działa na żagle	67
Kursy względem wiatru	68
Kształt żagla	69
Układ prądu powietrza na żaglach	71
Wzajemny układ i działanie żagli	75
Ustawienie żagli	75
Dodajemy fok	77
Dysza	78
Teoria żeglowania	79
Rozkład sił wiatru	79
Wiatr pozorny i rzeczywisty	82
Meteorologia	83
Temperatura	87
Ciśnienie	88
Wilgotność	89
Chmury	92
Opady	94
Wiatr	95
Pogodę czasem można przewidzieć	102
Obserwujemy chmury	102
Obserwujemy nie tylko chmury	104

O ŻEGLOWANIU	106
Musimy znać kilka węzłów	106
Wychodzimy na wodę	112
Uczymy się stawiać żagle	115
Czy można nauczyć się żeglowania z książki	118
Żagle stawiamy w linii wiatru	119
Manewrowanie poszczególnymi żaglami	119
O biegu wstecznym	120
Hamowanie żaglami	121
Próbujemy w domu	123
Odejdźcie od nabrzeża	123
Odejdźcie z kotwicy	123
Stawanie na kotwicy	125
Dochodzenie do boi	126
Dochodzenie do nabrzeża	127
O zwrotach	127
Zwrot na wiatr	128
Zwrot z wiatrem	129
Człowiek za burta	132
Wypłynęliśmy z portu	135
Kurs na wiatr	135
Wyostrzanie i odpadanie	136
Balastowanie	137
Nadmierne wyostrzanie	138
Jeszcze o wimplu	138
Jeszcze o kursie na wiatr	139
Kurs w półwiatru	140
Opadanie w podmuchach	140
Zwroty przy równej sile wiatru	140
Obciągacz bomu	142
Kurs z wiatrem	142
Żeglowanie na fali	143
Zwroty w czasie silnego wiatru	144
O refowaniu	145
WYŻSZA SZKOŁA JAZDY	147
Jacht jednoosobowy	147
Balastowanie	147
Zwrot na wiatr przy wietrze słabym	149
Zwrot na wiatr przy wietrze silnym	150
Zwrot z wiatrem przy słabym wietrze	151
Zwrot z wiatrem przy wietrze silnym	152
Żegluga na fali	154
Utrzymanie szybkości przy słabym wietrze na fali	155
Jazda na wysokim żaglu	155
Żegluga w ślizgu	155
Ślizg na fali	156
Ślizg na wodzie płaskiej	158
Jacht dwuosobowy	160
Pływanie na wietrze słabym	160
Zwroty	160
Pływanie na kursach pełnych	161
Kolejność czynności w zwrocie na wiatr	161
Kursy pełniejsze	162
Zwrot z wiatrem bez spinakera	162
Stawianie spinakera na półwiatrze	162

Zwroty ze spinakerem przy wietrze pełnym	163
Rolowanie genui	164
Założenia taktyczne dla Holendra	164
ROZDZIAŁ DLA LUDZI LUBIĄCYCH WYŚCIGI	166
O wędrówkach żeglarskich	172
NAUTYKA	175
Pojęcia wstępne	177
Mila morska, kabel, węzeł	178
Współrzędne geograficzne	179
Horyzont	182
Południk magnetyczny	184
Kompas	186
Posługiwanie się kompasem	187
Przeliczanie kursów	188
Przeliczanie namiarów	189
Mierzenie głębokości morza	192
Mierzenie prędkości i przebytej drogi jachtu	193
Mapy nawigacyjne	194
Rodzaje map nawigacyjnych	197
Jak posługiwać się mapą nawigacyjną	197
Oznaczanie punktów na mapie	198
Wykreślanie kursów i namiarów	198
Mierzenie odległości na mapie	199
Pozycja zliczona	199
Locja	199
Oznakowanie szlaku żeglownego	202
PRZEPISY ADMINISTRACYJNE I PRAWO DROGI	204
Oznakowanie morskich torów wodnych przy ujściach rzek	219
System oznakowania toru morskiego	219
Latarnie morskie i statki latarniowe	221
Sygnały mgłowe	223
Pławy i stawy	224
Morskie pomoce nawigacyjne	224
Rzecz o ryzyku i jego rozumieniu	227
Jak żeglować na rzekach, a jak na jeziorach	228
Przykosa i przemiał	229
Prąd	230
Żegluga na jachtach balastowych	231
Strój żeglarski	232
Zespół żeglujący	233
NASZ JACHT ŚWIADCZY O NAS	236
Trymowanie jachtu	236
Kadłub	237
Ożaglenie	241
Trymowanie grota	242
Trymowanie fok i ustawienie kipów	243
Opory takielunku	246
Olinowanie	246
Konserwacja jachtu	248
Przed sezonem nawigacyjnym	249
Po sezonie nawigacyjnym	254
Awarie	257

PROGRAM SZKOLENIA PZŻ (ŻEGLARZ I STERNIK)	264
OBÓZ ŻEGLARSKI. PROPOZYCJE — JAK GO PROWADZIĆ	270
O WYPADKACH NA WODZIE I O ZAPOBIEGANIU IM	283
Przyczyny wypadków	284
Kąpiele zbiorowe	286
Wypadki w czasie żeglowania	288
Ratowanie	290
Uwalnianie się od chwytów tonącego	291
Ocena sytuacji	291
Podjęcie sztucznego oddychania	291
Pośredni masaż serca	292
<i>Bibliografia</i>	293

