

På Kryss+

GASOL

Checklistan
för en säker
installation

Favoritvikar längs kusten



Svenska
Kryssarklubben



Kasta lina med fitness

Text: Leon Schulz **Bild:** Leon Schulz och Jessica Schulz

Att kasta lasso är en relativt enkel konst med stilpoäng som dessutom är mycket användbar. Med rätt teknik kan man kasta en ögla runt en pollare eller kasta långt till någon som tar emot i land. Om det finns en pollare eller en knap på bryggan där man ska lägga till är det praktiskt att kunna kasta en lina från båten och så att säga fånga in den vid tilläggning.

Så här fångar du en pollare

Skjut upp lika delar av tampen i vardera hand. Ju ordentligare uppskjutningen är gjord, desto lättare är det att få till ett snyggt kast. Tanken är att båda ändarna ska stanna ombord medan mittdelen av tampen ska kastas som en stor slinga mot land och runt pollaren/knappen.

Är man rädd att hela tampen ska hamna i sjön kan man beslå den ena änden i den egna knappen på däck, medan man ställer sig på den andra ändan. Det är viktigt att du har en ände fri när du har kastat.

När det är dags att kasta tampen ska båda delarna av den uppskjutna tampen kastas samtidigt i ett brett "V" så att linan bildar en båge i luften. Många gör fel



2 Samla lika mycket tamp i vardera handen. Se till att hålla fast båda ändarna.

3 Kasta i ett brett "V" så vardera paket flyter åt var sitt håll! Fall inte för frästelsen att kasta rakt fram!

och kastar bägge delarna rakt fram, men då får man ingen stor båge. I början känns det lite onaturligt att kasta delarna så mycket åt vardera håll, men tänk dig att du ska kasta de uppskjutna delarna cirka 90 grader isär, det vill säga 45 grader åt vardera håll, så får du en viss uppfattning om hur starkt isär de bägge delarna måste kastas.

När tampen har lagt sig runt pollaren iland kan man dra hem den lösa änden och beslå den ombord. Måste det gå fort kan man beslå dubbelt och då hantlera bägge linändorna parallellt och behandla dem som om de vore en enda lina. I sinom tid kan tampen beslös på ett korrekt sätt.

Så här kastar du långt

Ibland gäller det att i stället kasta en lina långt till en person som står iland. Att kunna kasta minst en båt-längd och träffa rätt är en bra målsättning.

Liksom vid lassokastning runt pollare skjuts linan upp och delas upp i lika delar mellan händerna.

Men i stället för att säkra båda tampändarna ombord, följer den enda ändan med i kastet.

Den del av tampen vars ände ska behållas ombord ska du hålla i din icke-dominanta hand och den kan fästas i den egna knapen eller så ställer du dig på ändan för att inte förlora den.



1. Kasta ena delen av repet i en vid båge. **2.** Låt den andra delen av repet följa efter i ett kast. **3.** Se till att hålla kvar en ända i båten.

När det är dags att kasta ska delen som du håller i din dominanta hand, inklusive dess ända kastas i en hög båge rakt mot personen som ska ta emot. Och så fort detta första "paket" av tampen har kommit halvvägs, ska det få en extra skjuts genom att det andra "paketet" som väntat i din icke-dominanta hand följer efter med ett andra kast. På så sätt kastas två paket tamp i två steg: först den delen med den lösa ändan från den dominante handen och sedan paketet med den icke-dominanta handen vars ända behålls ombord.

[Lär dig kasta lina! Se video!](#)



LEON SCHULZ är RYA Yachtmaster Ocean Instructor, författare och föredragshållare. Han har seglat över 80 000 sjömil. Han håller kurser i bland annat navigation, båthantering och astronomisk navigation.
www.reginasailing.com