( Αναστροφή ) ΤΑΚ

Το τακ είναι μία αρκετά απλή αλλά πολύ σημαντική κίνηση στην σκακιέρα του στίβου,αρκεί να γίνεται την κατάλληλη στιγμή.Η επιλογή του τακ σημαίνει αυτομάτως ότι την δεδομένη στιγμή θα θυσιάσω και λίγη από την ταχύτητα του σκάφους μου ,καθώς το σκάφος αλλάζει πορεία και η ιστιοφορία μας χάνει για λίγο την δύναμή της.

Οι περιττές θυσίες και ένα άσχημο (τεχνικά)τακ έχουν και το ανάλογο αποτέλεσμα ,δηλαδή παραπάνω χάσιμο χρόνου και ταχύτητας.

**ΓΙΑΤΙ ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ**

Ένα τακ την κατάλληλη στιγμή θα σου δώσει πλεονέκτημα έναντι του αντιπάλου

θα σου δώσει αυτοπεποίθηση και σιγουριά στην προσπάθειά σου

θα σε κρατήσει στις πρώτες θέσεις και φυσικά μέσα στον αγώνα

θα σε βοηθήσει να ακολουθήσεις σωστά τις αλλαγές(σωστή τακτική)

θα σε βοηθήσει να κερδίσεις χαμένο έδαφος

**ΠΟΤΕ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ΤΑΚ?**

**Η απάντηση** είναι μέσα στο μυαλό σου από τις εμπειρίες που έχει συλλέξει στην μέχρι τώρα πορεία σου και από τις προπονήσεις και τις οδηγίες του προπονητή σου.

**Η απόφασή σου για τακ** μέσα σε ένα στόλο αρκετών σκαφών πρέπει να λάβει υπόψη κάποια δεδομένα(καταστάσεις στιγμής - λόγους)που όμως ,κάθε φορά, μπορεί να έχουν διαφορετική προτεραιότητα.

Οι βασικότεροι από αυτούς τους λόγους είναι:

**Α)Το πάτημα** (φάτσα), σε απομακρύνει από τον στόχο σου (σημαδούρα),και σε ρίχνει πίσω ,από τα υπήνεμα σκάφη.

**Β)Δεν έχεις καθαρό αέρα** (σκάφος - σκάφη μπροστά σου ή προσήνεμα και μπροστά σου).Στατιστικά ,μετά την εκκίνηση , κάθε δευτερόλεπτο που ταξιδεύεις χωρίς καθαρό αέρα σε οδηγεί περίπου κατά 1 ΜΕΤΡΟ πιό πίσω από όσους δεν κάνουν το ίδιο. Επίσης, δεν γνωρίζεις ποτέ τις πραγματικές αλλαγές του καιρού και έχεις πάντα λιγότερη δύναμη στο πανί σου αλλά και σημαντικό ξεπεσμό στην πορεία σου από τα απόνερα των άλλων.

**Γ)Πορεία κοντά στην σημαδούρα** (μερικές φορές αρκεί να ακολουθείς το κοντοβόλτι που σε πάει πιο κοντά στην σημαδούρα.

**Δ)Σημαντικό πλεονέκτημα αέρα** (παραπάνω ένταση).Αν έχεις την δυνατότητα να ***διαβάζεις***την επιφάνεια της θάλασσας (κυματισμό),όταν αυτό είναι εφικτό ή μπορείς να καταλάβεις από τα παραπλέοντα σκάφη σημαντική αύξηση της έντασης του ανέμου θα έχεις ένα ακόμη πλεονέκτημα(συνήθως καμία αλλαγή του και καιρού δεν είναι σημαντικότερη από ένα σημείο του στίβου που έχει παραπάνω αέρα).

**Ε)Φύλαγμα αντιπάλου – αντιπάλων** .Όταν θέλεις να φυλάξεις κάποιον αντίπαλο ή να μείνεις κοντά στον στόλο.

**ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΑ ΤΟ ΣΩΣΤΟ ΤΑΚ ΚΑΙ ΤΑ ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΟΥ**: Πριν κάνεις τακ θα πρέπει να έχεις τσεκάρει την νέα πορεία σου .Εάν δεν σου προσφέρει κάτι σημαντικά καλύτερο σε σχέση με τους παραπάνω λόγους και τις προτεραιότητές σου μην θυσιάζεσαι!!

Όσο περισσότεροι λόγοι μαζί(από τους παραπάνω) συντρέχουν τόσο πιο ιδανική είναι η στιγμή για τακ.

Θα πρέπει να έχεις προβλέψει και τις επιλογές για τακ , των αντιπάλων σου γιατί αυτό θα σε βοηθήσει να μην ξοδέψεις κάποιο τακ.

Όταν κάνεις τακ να είσαι συγκεντρωμένος σε αυτό(η σωστή επιλογή της τεχνικής ανάλογα με την ένταση του ανέμου και τον κυματισμό θα σου δώσει πλεονέκτημα απέναντι σε αυτόν που δεν θα κάνει το ίδιο)

Όταν κάνεις τακ στην υπήνεμη και μπροστά πλευρά του αντιπάλου του αφαιρείς το δικαίωμα να (τρέξει)το σκάφος του όταν θα ήθελε.Αυτό είναι πλεονέκτημα.

Όταν περνάς πίσω από σκάφη χωρίς να έχεις σημαντικό λόγο υπάρχει πάντα η περίπτωση κάποιος να στρίψει μπροστά σου και να σε αναγκάσει σε τακ.Το αναγκαστικό τακ δεν είναι στους βασικότερους λόγους για τακ,καλύτερα να το αποφεύγεις.

{Μερικές φορές θα χρειαστεί αν βρίσκεσαι σε δύσκολη θέση ,**να ζητήσεις** **από κάποιον να κάνει τακ.**Αν ο τρόπος που θα το ζητήσεις είναι ο σωστός μπορεί και να τα καταφέρεις, αν όχι , καλύτερα να θυμάσαι νωρίτερα ότι η απόφαση για τακ είναι προσωπική υπόθεση.Εάν πάλι πολύ τακτικά χρειάζεται να ζητάς από άλλους να κάνουν τακ θα πρέπει κάποτε να πάρεις την τύχη σου στα χέρια σου και να φροντίσεις(προβλέψεις) νωρίτερα να μην βρίσκεσαι σε αυτή την θέση γιατί γίνεσαι βαρετός.}

Σίγουρα θα γνωρίζεις και άλλους λόγους για τακ (λίγο πριν την εκκίνηση ή κοντά στην σημαδούρα) άλλες φορές πάλι μπορεί να κερδίζεις αντιπάλους επειδή είσαι πολύ καλός στην τεχνική του τακ ή έχεις πολύ καλή αίσθηση του χωροχρόνου.Εάν έχεις πρόβλημα ζήτησε την βοήθεια του προπονητή σου και ακολούθησε κατά γράμμα τις οδηγίες του για να χαίρεσαι περισσότερο αυτό που κάνεις.