

SAILING COURSE TIMES

RS:X Women

TRAPEZOID COURSE

Target Time 22 minutes

Wind Range	5 - 8 Knots					8 - 12 Knots					12 - 15 Knots					15+ Knots								
Upwind Speed	23 mins/mile				Up Time (mins)	Down Time (mins)	19 mins/mile				Up Time (mins)	Down Time (mins)	12 mins/mile				Up Time (mins)	Down Time (mins)	10 mins/mile				Up Time (mins)	Down Time (mins)
Run Speed	15 mins/mile						9 mins/mile						6 mins/mile						5 mins/mile					
Reach Speed	10 mins/mile				Up Time (mins)	Down Time (mins)	5 mins/mile				4 mins/mile				4 mins/mile				Up Time (mins)	Down Time (mins)				
Leg Length Nautical Miles	O2 / I2	O3 / I3	O4 / I4	O2 / I2			O3 / I3	O4 / I4	O2 / I2	O3 / I3	O4 / I4	O2 / I2	O3 / I3	O4 / I4	O2 / I2	O3 / I3	O4 / I4							
0,3	26,3	37,7	49,1	6,9	4,5	18,5	26,9	35,3	5,7	2,7	11,9	17,1	22,4	3,6	1,7	10,1	14,4	18,8	3,0	1,4				
0,4	34,5	49,7	64,9	9,2	6,0	24,5	35,7	46,9	7,6	3,6	15,7	22,7	29,7	4,8	2,2	13,3	19,1	24,9	4,0	1,8				
0,5	42,8	61,8	80,8	11,5	7,5	30,4	44,4	58,4	9,5	4,5	19,4	28,2	36,9	6,0	2,8	16,4	23,7	30,9	5,0	2,3				
0,6	51,1	73,9	96,7	13,8	9,0	36,3	53,1	69,9	11,4	5,4	23,2	33,7	44,2	7,2	3,3	19,6	28,3	37,0	6,0	2,7				
0,7	59,3	85,9	112,5	16,1	10,5	42,3	61,9	81,5	13,3	6,3	26,9	39,2	51,4	8,4	3,9	22,7	32,9	43,0	7,0	3,2				
0,8	67,6	98,0	128,4	18,4	12,0	48,2	70,6	93,0	15,2	7,2	30,7	44,7	58,7	9,6	4,4	25,9	37,5	49,1	8,0	3,6				
0,9	75,8	110,0	144,2	20,7	13,5	54,1	79,3	104,5	17,1	8,1	34,5	50,2	66,0	10,8	5,0	29,1	42,1	55,2	9,0	4,1				
1,0	84,1	122,1	160,1	23,0	15,0	60,1	88,1	116,1	19,0	9,0	38,2	55,7	73,2	12,0	5,5	32,2	46,7	61,2	10,0	4,5				
1,1	92,4	134,2	176,0	25,3	16,5	66,0	96,8	127,6	20,9	9,9	42,0	61,3	80,5	13,2	6,1	35,4	51,4	67,3	11,0	5,0				
1,2	100,6	146,2	191,8	27,6	18,0	71,9	105,5	139,1	22,8	10,8	45,8	66,8	87,8	14,4	6,6	38,6	56,0	73,4	12,0	5,4				

Slalom leg lengths in metres Gate-S1, S1-S2, S2-S3, S3-Finish	These are the additional times to be added if a slalom is used			
	5 - 8 Knots	8 - 12 Knots	12 - 15 Knots	15+ Knots
100m, 200m, 200m, 200m	-	-	1,4	1,4
150m, 300m, 300m, 300m	-	-	2,1	2,1
200m, 400m, 400m, 400m	-	-	2,8	2,8

Slalom only used in planing conditions

Wind range	5-8 Knots			8-12 Knots			12-15 Knots			15+ Knots		
Windward Leg Nautical Miles	Top leg time	Top leg length	Finish leg time	Top leg time	Top leg length	Finish leg time	Top leg time	Top leg length	Finish leg time	Top leg time	Top leg length	Finish leg time
0,3	2,0	0,2	1,5	1,0	0,2	0,8	0,8	0,2	0,6	0,8	0,2	0,6
0,4	2,6	0,3	1,5	1,3	0,3	0,8	1,1	0,3	0,6	1,1	0,3	0,6
0,5	3,3	0,3	1,5	1,7	0,3	0,8	1,3	0,3	0,6	1,3	0,3	0,6
0,6	4,0	0,4	1,5	2,0	0,4	0,8	1,6	0,4	0,6	1,6	0,4	0,6
0,7	4,6	0,5	1,5	2,3	0,5	0,8	1,8	0,5	0,6	1,8	0,5	0,6
0,8	5,3	0,5	1,5	2,6	0,5	0,8	2,1	0,5	0,6	2,1	0,5	0,6
0,9	5,9	0,6	1,5	3,0	0,6	0,8	2,4	0,6	0,6	2,4	0,6	0,6
1,0	6,6	0,7	1,5	3,3	0,7	0,8	2,6	0,7	0,6	2,6	0,7	0,6
1,1	7,3	0,7	1,5	3,6	0,7	0,8	2,9	0,7	0,6	2,9	0,7	0,6
1,2	7,9	0,8	1,5	4,0	0,8	0,8	3,2	0,8	0,6	3,2	0,8	0,6

Target Limits 20,35 23,65 minutes