

I	
ALS HET TIJ KEERT, VERZET MEN DE BAKENS STELLINGNAME TEGEN BEHOUDZUCHT	9
II	
WACHT U VOOR DE GIJP HET OVERBOORD SLAAN VAN DE OSTENTATIEVE BREEDZITTER	13
III	
ZEILEN TEGEN DE WIND IN EEN BIJZONDERE PRESTATIE LEVEREN	17
IV	
VAN WAL STEKEN BEGINNEN MET PRATEN	21
V	
OP DE WIND VAN GISTEREN KUN JE VANDAAG NIET ZEILEN BIJ DE TIJD BLIJVEN	25
VI	
ERGENS VERZEILD RAKEN MEN DWAALT AF EN KOMT ERGENS TERECHT	31
VII	
OVERSTAG GAAN OF BAKZEIL HALEN TERUGKRABBELEN, ZIJN WOORDEN INTREKKEN	35
VIII	
MET DE KLOTEN VOOR HET BLOK ZITTEN GEEN KANT MEER OP KUNNEN	41
IX	
AAN LAGERWAL GERAKEN IN EEN SITUATIE BELANDEN WAAR VANUIT JE MOEILIJK WEG KAN	45
X	
HOE ZIJN WE HIER VERZEILD GERAAKT? DE CONTROLE OVER DE GEWENSTE KOERS KWIJTRAKEN	51
XI	
WETEN UIT WELKE HOEK DE WIND WAAIT WETEN HOE HET IN ELKAAR STEEKT	55
XII	
DE WAL KEERT HET SCHIP GEDWONGEN WORDEN OM EEN NIEUWE KOERS TE VAREN	61
XIII	
ALLE ZEILEN BIJZETTEN ALLES OP ALLES ZETTEN, DE GROOTSTE INSPANNING LEVEREN	67
XIV	
DE WIND VAN VOREN KRIJGEN	73

DIRECT GEZEGD WORDEN WAT ER MIS IS

XV	
HET OVER EEN ANDERE BOEG GOOIEN	77
HET OP EEN ANDERE MANIER PROBEREN	
XVI	
DE WIND IN DE ZEILEN HEBBEN	83
DUURZAME VOORSPOED CREËREN	
XVII	
LOGBOEK VOOR EEN BEHOUDEN VAART	85
GIDS VOOR EEN 'ZACHTRE VOLUTIE'	
CITATEN	89
BRONVERMELDING	91
VERDER LEZEN	93
NOTEN	95