

## Du haut du mât

**Clairette, le 20 mars 2010 à 22:41**

J'ai pris goût à ne plus avoir peur de monter en haut du mât ce week-end... Comme il fallait y retourner pour le souci de feu de route que mon indisponibilité momentanée de neurones n'avait pas permis de résoudre samedi, j'ai enfilé ma plus belle chaise de mât, et en route Germaine !



Par rapport à samedi, j'ai amélioré ma position sur la chaise de mât : mieux vaut s'appuyer en arrière, sur la sangle large qui fait office de dossier, ça fait moins mal que de se retenir sur la sangle qui passe devant.

Elucidé le mystère des abdos qui ont souffert dimanche : il semblerait que ma position sur la chaise sollicite un brin les abdos, surtout quand je m'éloigne du mât jambes tendues, ou quand je me retiens juste avec les bras sur les deux pataras. J'ai quand même senti un de mes abdos vibrer, palpiter en descendant – c'est troublant.

Et je n'ai pas eu peur !! Pourtant il y a eu quelques risées, le vent était plus intense que samedi. Mais mon mât dans les bras, il suffit de se focaliser sur le référentiel mât, et rien ne bouge. C'est magique.



Au final, j'ai descendu la lampe de tête de mât et nettoyé le morceau de sika sur le pataras babord.

Il faudra y remonter pour refixer la lampe, mais cette fois ça sera Tomtom qui s'envolera !!

Adresse de cet article :

<http://www.lesbaleinesetlescoquillages.com/2010/03/20/du-haut-du-mat/>

**0 commentaire(s) :**