

# SAILING COURSE TIMES

Optimist

OPTIMIST WORLDS COURSE

Target Time

40 minutes

Wind Range	5 - 8 Knots						
Upwind Speed	32 mins/mile			Up Time (mins)	Down Time (mins)	29 mins/mile	
Run Speed	26 mins/mile					20 mins/mile	
Reach Speed	19 mins/mile					14 mins/mile	
Leg Length Nautical Miles	IOD		Length			IOD	
0,2	11,6		0,20	6,4	5,2	9,8	
0,25	14,5		0,25	8,0	6,5	12,3	
0,3	17,3		0,30	9,5	7,8	14,7	
0,35	20,2		0,35	11,1	9,1	17,2	
0,4	23,1		0,40	12,7	10,4	19,6	
0,45	26,0		0,45	14,3	11,7	22,1	
0,5	28,9		0,50	15,9	13,0	24,6	
0,55	31,8		0,55	17,5	14,3	27,0	
0,6	34,7		0,60	19,1	15,6	29,5	
0,65	37,6		0,65	20,7	16,9	31,9	
0,7	40,5		0,70	22,3	18,2	34,4	
0,75	43,4		0,75	23,9	19,5	36,8	
0,8	46,2		0,80	25,4	20,8	39,3	
0,85	49,1		0,85	27,0	22,1	41,7	
0,9	52,0		0,90	28,6	23,4	44,2	
0,95	54,9		0,95	30,2	24,7	46,6	
1	57,8		1,00	31,8	26,0	49,1	

3 - 12 Knots			12 - 15 Knots					
	Up Time (mins)	Down Time (mins)	24 mins/mile			Up Time (mins)	Down Time (mins)	22
			14 mins/mile					12
			11 mins/mile					9
Length			IOD		Length			IOD
0,20	5,8	4,0	7,5		0,20	4,8	2,7	6,9
0,25	7,2	5,1	9,4		0,25	6,0	3,4	8,7
0,30	8,7	6,1	11,3		0,30	7,1	4,1	10,4
0,35	10,1	7,1	13,1		0,35	8,3	4,8	12,1
0,40	11,6	8,1	15,0		0,40	9,5	5,5	13,9
0,45	13,0	9,1	16,9		0,45	10,7	6,2	15,6
0,50	14,5	10,1	18,8		0,50	11,9	6,9	17,4
0,55	15,9	11,1	20,6		0,55	13,1	7,5	19,1
0,60	17,3	12,1	22,5		0,60	14,3	8,2	20,8
0,65	18,8	13,1	24,4		0,65	15,5	8,9	22,6
0,70	20,2	14,1	26,3		0,70	16,7	9,6	24,3
0,75	21,7	15,2	28,1		0,75	17,9	10,3	26,0
0,80	23,1	16,2	30,0		0,80	19,0	11,0	27,8
0,85	24,6	17,2	31,9		0,85	20,2	11,6	29,5
0,90	26,0	18,2	33,8		0,90	21,4	12,3	31,2
0,95	27,5	19,2	35,6		0,95	22,6	13,0	33,0
1,00	28,9	20,2	37,5		1,00	23,8	13,7	34,7

15+ Knots			
mins/mile		Up Time (mins)	Down Time (mins)
mins/mile			
mins/mile			
	Length		
	0,20	4,5	2,5
	0,25	5,6	3,1
	0,30	6,7	3,7
	0,35	7,8	4,3
	0,40	9,0	4,9
	0,45	10,1	5,5
	0,50	11,2	6,2
	0,55	12,3	6,8
	0,60	13,4	7,4
	0,65	14,6	8,0
	0,70	15,7	8,6
	0,75	16,8	9,2
	0,80	17,9	9,8
	0,85	19,0	10,5
	0,90	20,2	11,1
	0,95	21,3	11,7
	1,00	22,4	12,3