

# Regattasegeln für Einsteiger

## 1 - Was ist Regattasegeln



# Regattsegeln ist

# sich messen





Regattsegeln ist

**perfekt segeln**





# Regattasegeln erfordert

## Taktik und Strategie





# Regattsegeln ist

# Teamarbeit



# Auf dem Boot

- Boot im Griff haben
  - an der Pinne
  - an den Schoten
- Teamsport (Jachten)
- physische Aktivität
  - Ausdauer
  - Konzentration
  - Mental





# Auf dem See

- Wo ist der Wind am besten? Wie entwickelt er sich?
- Direkter Vergleich mit anderen Booten



# Guter Regatteur

- kühler Kopf
- logisch Denken
- breites Wissen über
  - Regeln
  - Taktik
  - Wind und Wetter





# Rundherum

- Neue Bekanntschaften
  - Team, Klasse, Club
  - Regatten



# Plauschsegeln

- Erfahrungen beim Plauschsegeln anwendbar
  - Segeln mit Spi
  - Wetterkenntnisse
  - Sicherer segeln





# Regattasegeln für Einsteiger

## 2 - Trainingsmöglichkeiten



# Trainingsmöglichkeiten / Plauschregatten

- Zürichsee
  - Dienstag (Zürich)
  - Donnerstag (Zürich)
- Walensee
  - Mittwoch (Mühlehorn)
- Neuenburgersee
- Bodensee
- Lago Maggiore
  - Donnerstag, Ronco





# Der Yngling



- Mit jedem Yngling kann man gewinnen (restriktives One Design)
- Einfache Handhabung
- Verletzungsgefahr gering, sicheres Boot
- Wer trainiert, wird gut
- In der Schweiz (speziell Zürichsee) sehr weit verbreitet

# www.scrge.ch/regattatraining/anmeldung

- Anmeldeschluss am Vortag um 12 Uhr
- Treffpunkt am Trainingstag um 18 Uhr \*

Du bist nicht angemeldet.

anmelden

Wünsche bezüglich Einteilung

Die ID zum [Ausschließen](#) oder [Einschließen](#) dieses Elements ist: edit-comment - der Pfad ist: node/264

Nachtesen  
Anmeldung fürs Nachtesen

**Gewünschtes Boot (Zuteilung nicht garantiert):**

----

**An wievielen Trainings hast du bereits teilgenommen?:**

0-2 mal

3-9 mal

über 10 mal



## Dienstagstraining

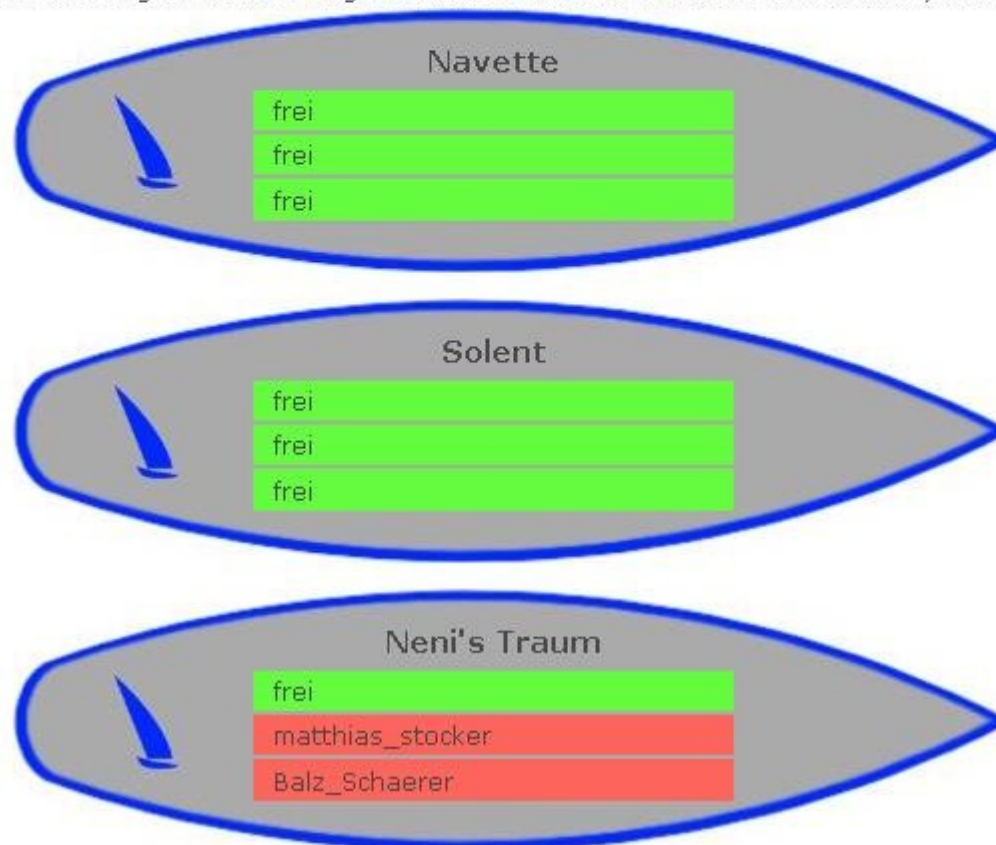
So, 03/18/2007 - 21:59 - regattatraining

**25.9.2007 18:00 Uhr**

Hier siehst du die Einteilung fürs Training.

- Anmeldungen sind weiterhin möglich, sofern noch freie Plätze vorhanden sind
- Abmeldungen bitte bis 16 Uhr auf diesem Formular eintragen, ansonsten ist deine Anmeldung kostenpflichtig

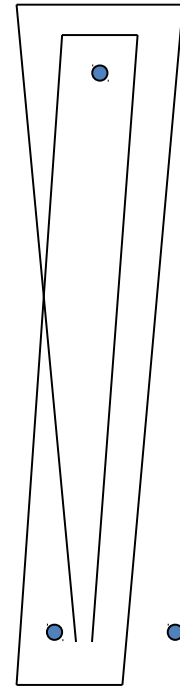
Wir treffen uns um 18 Uhr am Steg beim Hafen Enge. Plätze die nicht um 18.15 Uhr besetzt sind, werden weitergegeben.



# Kurs Dienstagstraining

1. Start (3 min)
2. Luvboje
3. Um eine der Startbojen
4. Luvboje
5. Ziel

2-4 Läufe à ca. 15 min

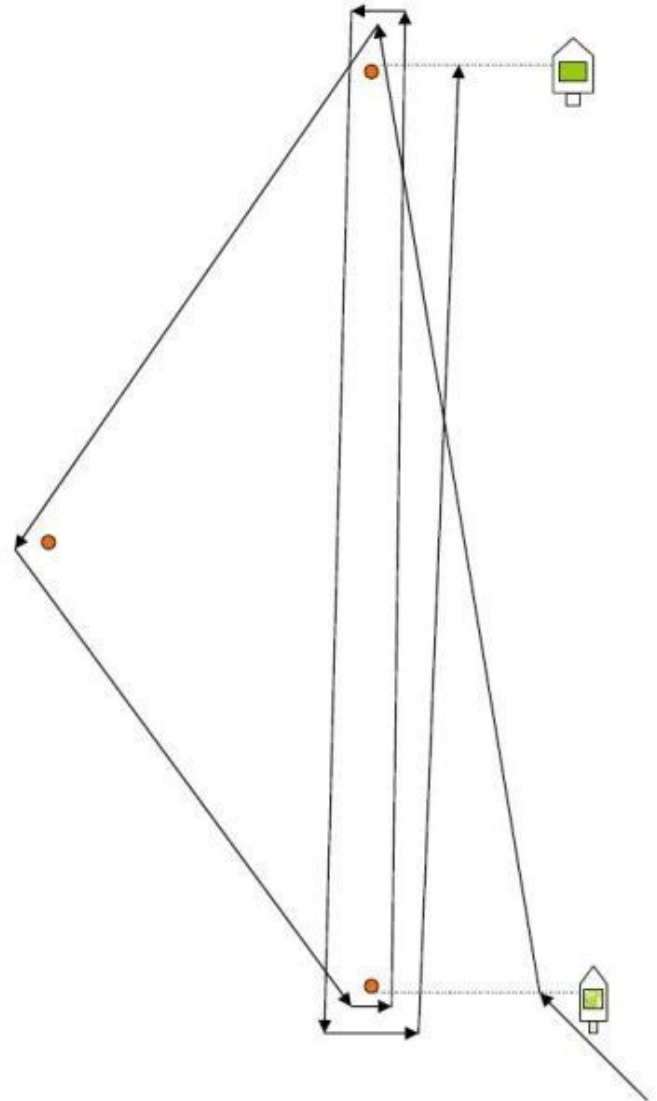




# Kurs Donnerstag

1. Start (19 od. 18.30 Uhr)
2. Luvboje
3. Ausstellboje
4. Leeboje
5. Luvboje
6. Leeboje
7. Ziel

1 Lauf



# Regattasegeln für Einsteiger

## 3 - Regattateilnahme



# Regattateilname

- Organisation durch Segelclub
  - ZSC
  - ZYC
  - SCE
  - SCRG
- Voraussetzungen
  - Segelschein (D-Schein), je nach Boot
  - Lizenz (Mitgliedschaft bei Swiss Sailing)
  - grundlegende Regeln kennen



# www.scrg.ch/regatta/anmeldung

- stellen Teams zusammen
- ausgemessene & versicherte Boote

Startseite

## Regatta Termine 2010

Auf dieser Seite sind die wichtigsten Regatten zusammengestellt, an denen du mit der SCRG teilnehmen kannst. Alle unter "Race Group" ausgeschriebenene Anlässe findest du unter [Veranstaltungen \(externer Link\)](#).

Die Anmeldung geschieht meist über die Sailcom Seite direkt beim Bootschef. Für Yngling Regatten auf dem Zürichsee kannst du dich aber gleich hier anmelden. Wir reservieren die Boote, stellen die Crews zusammen und melden dich beim veranstaltenden Club an.

Datum	Ort	Regatta	Anmeldeschluss SCRG	
24./25.4.	Biel	Langstreckenregatta (Yardstick)	first come	<a href="#">Informationen/Anmeldung</a>
21.-23.5.	Estavayer le Lac	100 Milles de Pentecôte (Yardstick)	first come	<a href="#">Informationen/Anmeldung</a>
22.5.	Zürich-Rapperswil	Langstreckenregatta (Yngling)	9.5.2010	<a href="#">Anmeldung/Einteilung</a>
29./30.5.	Rapperswil	Frühjahrsregatta (Yngling)	9.5.2010	<a href="#">Anmeldung/Einteilung</a>
12./13.6.	Zürich	Zürisee Regatta (Yngling)	25.5.2010	<a href="#">Anmeldung/Einteilung</a>

# Anmeldeprozedur ZSC

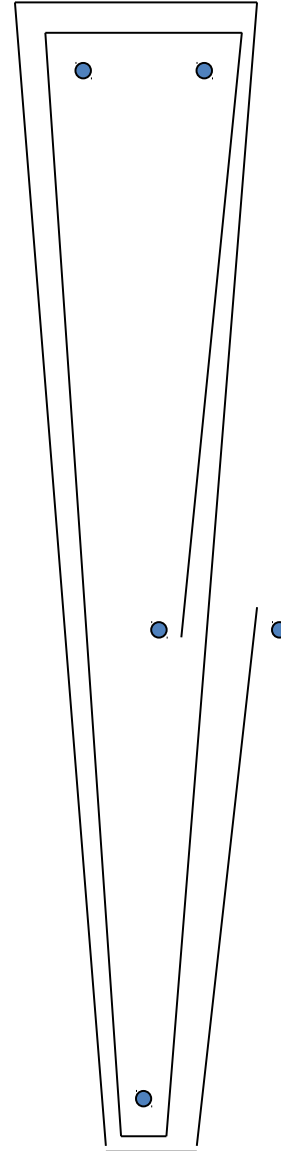
- Der Klub unterstützt und fördert die Teilnahme an Regatten am Zürichsee
- Wer an der Frühlingsregatta oder einer anderen Regatta teilnehmen will soll dies Giovanni, Marcel Güttinger oder Andi Reiser mitteilen.
- Bedingung ist dass die Crew eingesegelt ist.

# Vorbereitung

- 1 Woche vorher
  - Boot in Ordnung bringen
  - Regattasegel organisieren
- 1 Tag vorher
  - Segelanweisungen lesen
  - Wetterprognosen studieren
- 2 Stunden vorher
  - Unterwasser putzen
  - Unnötiges Gewicht ausladen



# Typischer Kurs: Up&Down



# Regattasegeln für Einsteiger

## 4 - Ausrüstung



# Ausrüstung Boot

- Sonnen- und Regenschutz
- Stander
- Stoppuhr
- Kompass
- Protestflagge
- Essen & Trinken





# Ausrüstung Kleider: Einstieg

- Regenhose- und Jacke
- Turnschuhe
- Segelhandschuhe

# Ausrüstung Kleider: Standard

- Spraytop oder Ölzeug
- Bootshose
  - verstärkte Kniepartien
- Segelschuhe

# Ausrüstung Kleider: Profi

- Trockenanzug oder Neoprenanzug