

18996

Klaus Gahmig

Windsurfing

**Junior Sport
herausgegeben von
Konrad Gruda**

Limpert

Inhalt

| | |
|---|----|
| Ein neuer Sport | 5 |
| Ursprung und Herkunft | 7 |
| Die Entwicklung im Segelsurfer-Geschäft | |
| Der Mut zum Anfang | 10 |
| Die Ausrüstung | 11 |
| Das Brett' Die Finne ' Das Schwert ' Der Mastfuß - Der Mast • Der Gabelbaum * | |
| Das Segel | |
| Einige Begriffe | 20 |
| Die wichtigsten Knoten | 22 |
| Auf- und Abrüsten von Brett und Rigg | 27 |
| Die Bekleidung | 29 |
| Das Übungsgelände | 31 |
| Der Transport | 34 |
| Die Übungen auf dem Wasser | 35 |
| Die verankerte Boje - Der Simulator • Balance-Übung - Aufnahmen des Riggs - | |
| Drehübung - Startposition - Der Start | |
| Vorfahrtsregeln | 59 |
| Steuern | 64 |
| Fahrt am Wind | 68 |
| Raumschots und vorm Wind | 69 |
| Start vorm Wind | 72 |
| Wende/Halse | 73 |
| Theoretische Grundlagen | 75 |
| Der Wind als Antriebskraft" Der Segler als mechanisches Modell * Die äußeren | |
| Kräfte beim Segeln - Das äußere Kräftegleichgewicht - Die richtige Segelstellung | |
| Der Spaß bei starkem Wind | 89 |
| Kentern • Der Schleudersturz | |
| Der Wettkampf | 93 |
| Das Tandem | 95 |
| Die Grenzen erweitern | 96 |
| Der große Freizeit-Hit | 98 |