

Training



... für mehr
Bootsbeherrschung...

5 Gründe, die wir am Segeln lieben sind:

- 1. Die Freiheit und Entspannung** zu genießen, wenn wir mit Selbstvertrauen die Segel setzen und mit unserem Boot vom Steg ablegen ...und dann zufrieden zu unserem Liegeplatz zurückkommen.
- 2. Das Naturerlebnis**, das schon beginnt, wenn wir den Steg betreten und das Steinhuder Meer vor uns liegt.
- 3. Die Herausforderungen**, das Wetter richtig zu lesen, einen guten Plan für das heutige Ablegen zu haben. Und dann...Leinen los und in einem dynamischen Gleichgewicht von eigenem Handeln mit Wind und Wellen kooperativ ein Seeabenteuer zu meistern.
- 4. Die körperliche Aktivität**, die von uns Koordination, Balance und Fokussierung fordert. Dann auch Kondition und Kraft-Ausdauer. Eine ideale Sportart für Bewegung an der frischen Luft.
- 5. Die soziale Interaktionen**, denn Segeln ist eine großartige Möglichkeit sich selbst und neue Leute kennenzulernen. Nichts ist unterhaltsamer als sich mit anderen Seglern über die letzte Wende oder rückdrehenden Wind zu unterhalten.

Training im Rahmen der SpoSS Ausbildung

Im Rahmen dieser Ausbildung sind auch einige Plätze vorgesehen für Inhaber des Sportführerschein Binnen/See, Manöver zu trainieren. Dabei werden Inhalte der Sportboot-Führerschein-Ausbildung vor Allem im praktischen Teil wiederholt.

In der Theorie betrifft dies:

- Sicherheit/Wetterkunde
- Revierspezifische Besonderheiten
- Schifffahrtsrecht/Wettfahrtregeln

In der Praxis betrifft dies:

- Bedienung und Führung des Bootes
- Boot und Segel klarmachen,
- Rollenverteilung, Segelkommandos
- Segelsetzen, Segelbergen,
- An- und Ablegen / längsseits festmachen

Freie Übungsstunden

- Hierfür stehen zwei Schwertzugvögel zur Verfügung, die außer in den belegten **SpoSS-Ausbildungszeiten** online gechartert werden können.
- Für je 2 Stunden im Wechsel mit anderen Lernenden sollen in einem kleinen Tonnenkreis die Manöver: Abfallen, Anluven, Hoch am-Wind segeln, Wenden, Halsen, Boje-über-Bord-Manöver, Rückwärtssegeln, Reffen und Ausrefen trainiert werden.
- Es werden **individuelle Schwerpunkte** besprochen und trainiert.

Sport Segel-Schein absolvieren

Der SpoSS kann, als kleine Herausforderung, absolviert werden.

Beginn: 25.4. 2025 mit Treffen im Clubhaus

Es stehen für **5-6 Interessierte** Trainingsplätze bereit.
Erstes Treffen findet Ende 25.4. 2025 statt.

Voraussetzungen

- Du hast bereits einen „amtlichen Segelschein“ und merkst, dass nun das „Segeln lernen“ beginnt.
- Du bist mind. 14 Jahre alt und hast einen Jüngstensegelschein
- Du bist gesund und kannst schwimmen.
- Du zahlst 50€ Kostenpauschale für das Training, Coaching und Bootsnutzung in der Saison 2025.
- Du unterzeichnest die Allgemeinen Ausbildungsbedingungen für die SpoSS-Ausbildung.

Ausbildungsort:

Im YCN und im Stegbereich auf dem Steinhuder Meer.
Abschluss bis 20. September 2025.

Meldungen zum Training sind zu richten an:

Lothar Knopf, Segelwart YCN

Trainer C Breitensport

Trainer B Sport in der Prävention

Segelwart@ycn-hannover.de / Mobil: 015170104120



Mehr unter: www.ycn-hannover.de/Kontakte



Ausbildung auf dem Schwertzugvogel 2024.