

## Informationen zum Trainingsprogramm 2018 (Segeln)

Für alle am Jollensegeln interessierten Kinder, Jugendliche und Erwachsene bietet der WSV im April 2018 im Rahmen einer Informationsveranstaltung eine Übersicht Trainingsprogramm der Segler am Altwarmbüchener See. Wir laden alle Mitglieder des Vereins und solche, die es (vielleicht) werden möchten an unseren Veranstaltungen teilzunehmen. Das Jüngsten- bzw. Jugendtraining findet in verschiedenen Gruppen einmal pro Woche statt. Zudem gibt es altersüberschneidend auch für Familien und Interessierte Erwachsene Möglichkeiten zum sportlichen Segeln.

### Optimisten-Anfänger



In der Opti-Anfängergruppe werden die Kinder spielerisch an den Segelsport herangeführt. Die Theorie wird weitgehend in die Praxis integriert.

Der Kurs beginnt nach den Osterferien im April 2018 mit dem ersten Unterricht („Knoten“ und „Teile am Opti bezeichnen“). Zum ersten Mal aufs Wasser geht es Ende April mit Abschleppübungen um erst mal das Steuern zu lernen und Spaß an der Fahrt auf dem Wasser zu haben.

Unsere Übungsleiter unterrichten die Kinder während des Sommers wöchentlich in einer Gruppe von 8-10 Kindern. Am Ende der Saison besteht die Möglichkeit, die Jüngstenschein-Prüfung abzulegen. Mit diesem Schein erlangen die jungen Sportler die Erlaubnis ihre Optis und auch größere Boote selbstständig zu segeln und an ausgeschriebenen Wettkämpfen (Regatten) teil zunehmen.

- Voraussetzung: 8 Jahre oder älter, Schwimmabzeichen Bronze  
Kosten: Der aktuelle Mitgliedsbeitrag zzgl. 60,-€ für Ausbildung und Prüfung  
Termin: Dienstags (16.00 – 19.00)  
Ansprechpartner: Segeltrainer ([Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de](mailto:Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de))

### Optimisten-Fortgeschrittene



Wenn Du Dich für den Segelsport (und unseren Verein) interessierst und den Jüngstenschein bereits hast, laden wir Dich herzlich zu einem Probetraining ein.

In dieser Gruppe werden Vorfahrtsregeln, Manöver und Segeltechnik wiederholt und vertieft.

Die Vorjahres-Anfängergruppe rutscht nach Erwerb des Jüngstenscheines in diese Fortgeschrittene Gruppe.

Neben spielerischen Übungen geht es hier auch darum, einen Regattakurs absegeln zu üben als Vorbereitung auf unsere (interne) Vereinsmeisterschaft und regionsnahe Regatten. In dieser Gruppe bieten wir auch den fortgeschrittenen die Möglichkeit erste Erfahrungen im Zweimannboot der Bootsklasse „Teeny“ mit Spinnacker und Trapez zu sammeln.

- Voraussetzung: Jüngstenschein  
Kosten: der aktuelle Mitgliedsbeitrag  
Termin: Montags (16.00 – 19.00)  
Ansprechpartner: Segeltrainer ([Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de](mailto:Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de))

## **Jugendsegel Gruppe (für Opti-Umsteiger, Jugend, leichte Erwachsene):**

Diese Gruppe ist für Jugendliche ab 15 Jahren gedacht, die aus dem Opti umsteigen oder gerade Ihren Segelschein SBF Binnen gemacht haben und am sportlichen Segeln interessiert sind.



Trainiert wird auf Einmannbooten (Laser, Europe) und Zweimannbooten (420er).

Ziel des Trainings ist es die Technik der Boote kennen zu lernen, die Boote jedem Wind zu beherrschen, sicher zu kentern sowie den Ablauf von Manövern zu erlernen und ihren Ablauf zu perfektionieren. Auch werden wir auf Trimmöglichkeiten der Boote und Regatta Taktiken eingehen.

Auf den 420er sollen die typischen Techniken wie Spinnaker- und Trapezsegeln und die Aufgabenverteilung auf 2-Mann-Booten von Grund auf vermittelt werden

Auf Lasern und Europes werden wir uns mit der sicheren Beherrschung der Boote sowie den Bootstypischen Segeleigenschaften auseinandersetzen.



Ziel der Gruppe ist die Teilnahme der Jugendlichen an der Vereinsmeisterschaften sowie an zumindest einer Regatta der jeweiligen Bootsklasse

Voraussetzung: altersgemäßer Segelschein (Jüngsten- oder SBF-Schein)  
Kosten: der aktuelle Mitgliedsbeitrag  
Termin: Freitags (16.00 – 19.00)  
Ansprechpartner: Segeltrainer ([Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de](mailto:Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de))

## **Fungruppe:**

die Fungruppe ist für Kinder und Jugendliche gedacht, die *selbständig* außerhalb des wöchentlichen Trainings segeln möchten und bereits ein bisschen Erfahrung haben. Zur Absicherung steht eine Aufsichtsperson mit Motorboot zur Verfügung. Gelegentlich wird die Fungruppe in erweiterter Form mit bestimmten Lerninhalten angeboten.

zur Wahl stehen Opti, Teeny, 420er, Laser, Europe, Pirat.

Ziel ist es, dass die Segler Ihre Steuertechnik, Bootsbeherrschung und ggf. auf den Zweimannjollen fortgeschrittene Techniken wie Spinnaker- und Trapezsegeln durch mehr Wasserstunden vertiefen und trainieren können. Die Fungruppe am Samstagnachmittag eignet sich auch gut als Familiensegeltag.



Voraussetzung: altersgemäßer Segelschein (Jüngsten- oder SBF-Schein), Eigeninitiative und ein bisschen Erfahrung in der zu Segeln gewünschten Bootsklasse  
Kosten: der aktuelle Mitgliedsbeitrag  
Termin: Samstags (14.00 – 18.00)  
Ansprechpartner: Michael Franke ([michael.franke@geum.de](mailto:michael.franke@geum.de))

## **Mittwochssegeln (für Jugend und Erwachsene):**



Seit 2016 trifft sich Mittwochs Abends eine Gruppe Segelbegeisterter zum sportlichen „After-Work“ oder „after-School“ – Sailing.

Die Jollen mit *Landliegeplatz* wie Laser, Europe, Pirat, Javelin etc. stehen für diese Gruppe *vorrangig* zur Verfügung, die Stegboote können wie gewohnt im Rahmen der Bootsordnung von allen Spontan-Seglern genutzt werden.

Ziel dieser Gruppe ist, sich gemeinsam zum Segeln zu treffen und sich auszutauschen, natürlich auch um Segeltechniken zu verbessern und bestimmte Themen zu lernen. Ein Anspruch auf bestimmte Lerninhalte oder eine Absicherung/Betreuung besteht jedoch nicht.

**Voraussetzung:** SBF-Schein, selbständiges Segeln im Rahmen der Bootsordnung, Eigeninitiative und ein bisschen Erfahrung in der zu Segeln gewünschten Bootsklasse, Freude.

**Kosten:** der aktuelle Mitgliedsbeitrag

**Termin:** Samstags (18.00 – 20.00)

**Ansprechpartner:** Michael Franke ([michael.franke@geum.de](mailto:michael.franke@geum.de))

---

### **Unsere Fachübungsleiter:**

Johanna Braun, Marie Braun, Vivien Groth, Caroline Colman, Pauline Bade, Timo Engelberts, Arne Bade

**Anmeldung** mit Meldeformular beim Jugendkoordinator Segeln:

Timo Engelberts, Tel. 0178 / 35 20 666 ([Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de](mailto:Jugendsegeln.wsv.altwarmbuechen@web.de))

**Weitere Informationen zum Verein** unter [www.wsv-altwarmbuechen.de](http://www.wsv-altwarmbuechen.de)