

## Grundmanöver, Drehungen mit dem Board

Der Schotstert ist erfolgreich geschafft und die ersten Meter geht es raus auf den See. Doch wie kommt man zurück. Dazu muss das Board in die andere Richtung gedreht werden. Das ist nicht schwer, erfordert aber etwas Übung.



### Grunddrehung Wende:

1. Beende Deine Fahrt in dem Du an dem Mast fasst und die Segelhand lässt.
2. Die Füße stehen nun rechts und links neben dem Mast
3. Neige jetzt das Rigg = Segel mit ausgesteckter Masthand zum **Heck**.

Der Bug dreht langsam in den Wind nach **Luv**



4. Zur Unterstützung der Drehung übt der **hintere** Fuß einen leichten Druck nach Lee auf das Board aus.



5. Dabei musst Du langsam auf der Bugseite um den Mast „tippeln“ bis der Bug durch den Wind gegangen ist und der Bug die neue Fahrtrichtung zeigt.



6. Stelle das Rigg = Segel wieder senkrecht und gehe in die T-Grundstellung.

7. Starte nun wie Du es bereits gelernt hast.



### Grunddrehung Halse:

1. Beende Deine Fahrt in dem Du an dem Mast fasst und die Segelhand lässt.

2. Die Füße stehen nun rechts und links neben dem Mast

3. Neige jetzt das Rigg = Segel mit ausgesteckter Masthand zum **Bug**.

Der Bug dreht langsam vom Wind weg nach **Lee**.

Weiter von 4. bis 7. nur das Du den Mast auf der **Heckseite** umrundest.

Die Übung mit der eigentlich einfachen Boarddrehung zeigte Philipp Schreitmüller.