

SCA-Surfschulung

Grundsatz bei Beachstart und Wasserstart
: Lasse den **Wind** für Dich arbeiten!
Zum Üben die Gabel etwa 10 cm tiefer
als normal (=Schulterhöhe) Stellen

Der Beachstart

Segel aufholen

Zum Aufholen des Segels an den Mast zwischen Gabelbaum und Masttop greifen.

Das Segel **schräg**, dh. der Mast liegt ca. 45 Grad zum Wind, gegen den Wind hochziehen. Nun hat der Wind die Möglichkeit darunter zu wehen und es das Segel anzuheben. Ohne eigenen Kraftaufwand läuft das Wasser aus der Masttasche ab.



Schothorn anheben, der Wind lässt das Segel umschlagen



Vorbereitung

- Ziehe das Board zum Körper. Dabei greift die Masthand solange nach bis Du den Gabelbaum mit der freien Hand anfassen kannst. Ohne die Segelstellung zu verändern kannst Du nun durch Druck oder Zug auf den Mastfuß das Board abfallen oder anluven lassen.

- Lasse zum Üben die eine Hand noch am Mast. Zum Anluven mit der Masthand ziehen und mit der Segelhand drücken. Zum Abfallen mit der Masthand gegen den Mastfuß drücken und mit der Segelhand an der Gabel ziehen. Dabei mußt du eventuell zwei Schritte auf den Bug zugehen. Richte das Board auf Halbwind aus. Nun fassen beide Hände an den Gabelbaum. Die Masthand genau **zwischen** die Trapezlampen. Die Segelhand entsprechend weiter hinten. Durch Neigen des Mastes nach vorn oder hinten mußt Du den Winddruck im Segel so steuern, dass beide Hände den gleichen Zug verspüren. Wenn eine Windböe kommt öffne einfach das Segel (Segelhand vom Körper weg strecken) und lass den Wind durch. Dann wieder gefühlvoll dicht holen.



Mast- und Segelhand
hand weiter hinten

Durch Zug oder Druck Richtung Mastfuß das Board auf Halbwindkurs ausrichten

Der Start

Ab jetzt muß alles flott gehen



Den hintern Fuß mittig aufsetzen

- Zum Starten das Segel durch Heben der Arme (so hoch wie möglich) aufstellen.
- Setze nun den hinteren Fuß nicht zu weit hinten, mittig (siehe Foto) aufs Board.
- Ziehe den Fuß zum Körper **bis das Board das Standbein berührt** (Das Board dreht nun automatisch auf raumen Kurs).
- Dann sofort die Masthand nach vorn zum Bug strecken und mit der Segelhand dichtholen (Der Druck im Segel wird nun deutlich stärker). Dabei aktiv, mit senkrechtem Druck, auf das Board steigen.
- Grundfehler: Der Surfer steigt nicht aktiv auf, sondern zieht sich am Rigg hoch.*
- Setze dann den vorderen Fuß dicht an/neben den Mastfuß und belaste ihn und.....

.....sobald Du oben bist fiere das Segel etwas. Sonst zieht Dich eventuell der Segel-
druck nach Lee über das Board

Wenn Du alles richtig gemacht hast, dann darfst Du nun einen Jubelschrei loslassen.



Juhu!!!!



Segel leicht öffnen oder sogar loslassen.

Auf den Bildern zeigt **Philipp Schreitmüller** den perfekten Beachstart.

MH 2009