

# SCA-Schulung

## Trimminweise-3 für Rigg und Board

Die folgenden Ratschläge können Dir helfen, Deinen individuellen Trimm für Board und Rigg zu finden. Wichtig dabei ist:

1. Nimm immer nur eine Verstellung vor und ändere diese nur um eine Stufe / Einheit / Position
2. Beginne immer mit dem ersten Abhilfepunkt. Ist danach keine Verbesserung der Fahreigenschaften spürbar, fahre mit dem nächsten Punkt fort.
3. Nach jeder Änderung zuerst surfen und erst danach, falls keine Besserung merkbar ist, die nächste Verstellung vornehmen.
4. Die Fahreigenschaften immer auf Halbwindkurs testen.

Verstelle die einzelnen Komponenten immer nur wie folgt und einzeln nacheinander.

Mastfuß:	1 cm nach vor oder zurück
Gabelbaumhöhe:	2 cm nach oben oder unten
Schothornspannung:	1 cm pro Änderung
Trapeztampen:	1 cm hinten und 1 cm vorne pro Verschiebung
Vorliekspannung:	1 cm pro Verstellung
Finne:	1 cm pro Einstellung
Fußschlaufen:	1 Loch pro Änderung

### **Die Luvkante schneidet ins Wasser:**

Das Board kann nicht flach auf dem Wasser gehalten werden.

1. Mastfuß nach hinten versetzen
2. Gabelbaum weiter oben befestigen
3. Finne weiter nach vorne versetzen
4. Fußschlaufen nach hinten versetzen

### **Die Leekante schneidet ins Wasser:**

Das Board kann nicht flach auf dem Wasser gehalten werden.

1. Mastfuß nach vorne versetzen
2. Gabelbaum weiter unten befestigen
3. Finne weiter nach hinten versetzen
4. Fußschlaufen nach vorne versetzen

### **Das Board wird nicht frei, es klebt auf dem Wasser:**

1. Mastfuß nach hinten versetzen
2. Gabelbaum weiter oben befestigen
3. Fußschlaufen nach hinten versetzen

### **Das Board stellt sich auf, der Bug ragt zu weit aus dem Wasser:**

1. Mastfuß nach vorne versetzen
2. Gabelbaum weiter unten befestigen
3. Fußschlaufen nach vorne versetzen

### **Das Board luvt immer an:**

1. Für das Board ist das Segel zu groß
2. Mastfuß nach vorne versetzen
3. Fußschlaufen nach vorne versetzen

### **Das Board hat Spin-Out:**

1. Mastfuß nach vorne versetzen
2. Finne nach hinten versetzen
3. Fußschlaufen nach vorne versetzen

**Das Board fühlt sich nervös an:**

1. Mastfuß nach vorne versetzen
2. Gabelbaum weiter unten befestigen
3. Finne nach hinten versetzen
4. Fußschlaufen nach vorne versetzen

**Das Board dreht schlecht:**

1. Mastfuß nach hinten versetzen
2. Finne nach vorne versetzen
3. Fußschlaufen nach hinten versetzen

**Zuviel Zug auf der hinteren Hand:**

1. Trapezlampen weiter nach hinten setzen
2. Schothorn stärker spannen
3. Gabelbaum weiter unten befestigen

**Zuviel Zug auf der vorderen Hand:**

1. Trapezlampen weiter nach vorne setzen
2. Schothornspannung verringern
3. Gabelbaum weiter oben befestigen

**Zuviel Druck auf dem hinteren Bein:**

Den vorderen Fuß zieht es aus der Schlaufe

1. Mastfuß nach vorne versetzen
2. Gabelbaum weiter unten befestigen
3. Wenn möglich Gabelbaumendstück an der oberen Öse befestigen
4. Fußschlaufen nach hinten versetzen

**Zuviel Druck auf dem vorderen Bein:**

Der hintere Fuß muss nach vorne verdreht werden, oder sogar vor die hintere Fußschlaufe gesetzt werden:

1. Mastfuß nach hinten versetzen
2. Gabelbaum weiter oben befestigen
3. Wenn möglich Gabelbaumendstück an der unteren Öse befestigen
4. Fußschlaufen nach vorne versetzen

**Das Körpergewicht ist zu weit hinten und der Oberkörper muss mit Kraftaufwand nach vorne Richtung Bug geneigt werden:**

1. Segel ganz nach unten trimmen > kein Abstand zwischen der Segelunterkante und den Trimmrollen
2. Gabelbaumendstück an der oberen Öse befestigen
3. Mastfuß nach hinten versetzen und Gabelbaum weiter unten befestigen

**Das Körpergewicht ist zu weit vorne und der Oberkörper muss mit Kraftaufwand nach hinten Richtung Heck geneigt werden:**

1. Wenn möglich Gabelbaumendstück an der unteren Öse befestigen
2. Mastfuß nach vorne versetzen und Gabelbaum weiter oben befestigen
3. Segel weiter nach oben trimmen (verlängere die Mastverlängerung ohne jedoch die Vorliekspannung zu verändern)