

SCA-Surfschulung

Der Normalstart

Wenn Du am Ufer starten willst gibt es zwei Möglichkeiten auf das Board zu kommen. Die Meisten klettern irgendwie mehr oder weniger umständlich herauf.

Eine elegantere Möglichkeit findest Du nun hier. Dazu darfst Du max bis zum „Schritt“ im Wasser stehen.

1. Das Brett 90 Grad zum Wind ausrichten und die Startschot so weit wie möglich Richtung Gabelbaum greifen. Dann den vorderen Fuß aufs Board direkt an den Mastfuß stellen und den Mast in T-Stellung (90 Grad zum Brett) ziehen.
2. Den Oberkörper über die Knie und der Brettmitte lehnen. Mit der freien Hand stützt man sich ebenfalls auf die Brettmitte ab und zieht sich mit Hilfe der Startschot hinauf. Hier Kommt das Segel schon etwas hoch.
3. Der hintere Fuß folgt und wird hüftbreit auf die Brettmitte Richtung Heck gestellt.

Jetzt geht's es weiter wie gelernt mit dem

Normalstart=Schotstart

1. Das Segel komplett hochziehen und mit der Masthand an den Mast greifen

2. Jetzt die Knie beugen, den Oberkörper aufrichten. Arm

Der Schlüssel zum Start ist der Zug des Riggs nach Luv. (s. Bild nebenan)

3. In der Segelebene das Rigg **zum Wind** ziehen, bis der Mast spürbar leicht wird und schwebt. Beim Ziehen dreht sich die hintere Hüfte immer zum Mast. Der Mastarm wird dabei gestreckt. Durch die Hüftdrehung steht man automatisch in der richtigen Grundhaltung beim Fahren (vordere Zehenspitzen nach vorne).



Bild SURF-Magazin

Fehler:

Wer zu lange stehend oder sitzend auf dem Brett wartet, hat die Erfahrung gemacht, dass das auftriebsstarke Teil der Ausrüstung (Brett) dem trägeren (Rigg) nach Lee ausweicht. Der Wind dreht das Material in eine ungünstige Startposition (Segel wandert nach Luv).

Abhilfe

Zieh das Segel wie gelernt langsam heraus und achte akribisch darauf, dass die T-Stellung (Mast und Brett bilden ein T) beibehalten wird.

Wie durch Zauberhand dreht das Brett nach Luv in die richtige Startposition (Brett 90 Grad zum Wind).