

UNSERE SEGELNIVEAUS

SUI
sailing



**SWISS
SAILING
SYSTEM**



Niveau 1 – Einstieg

Segeln unter Anleitung (bis 10 Knoten)

Technik

Richtung:

- ☐ • Deine Richtung beibehalten
- ☐ • Deine Richtung ändern

Gleichgewicht:

- ☐ • Mit der Krängung umgehen

Vortrieb:

- ☐ • Stoppen und lossegeln

Sicherheit

- ☐ • Dein Boot nach einer Kenterung wieder aufrichten
- ☐ • Die Anweisungen deines Leiters*deiner Leiterin umsetzen

Umwelt

- ☐ • Grundlegende nautische Begriffe verwenden
- ☐ • Die Windrichtung und -stärke einschätzen
- ☐ • Die Umwelt respektieren

Klasse, Datum und Unterschrift:



Niveau 2 – Vertiefung

Jeden Punkt auf dem See unter Aufsicht erreichen (bis 10 Knoten)

Technik

Richtung:

- ☐ • Deine Richtung und Geschwindigkeit verändern
- ☐ • Die Grundmanöver Wende und Halse ausführen

Gleichgewicht:

- ☐ • Das Gleichgewicht beibehalten

Vortrieb:

- ☐ • Das Segel für die Windrichtung und den Kurs trimmen

Sicherheit

- ☐ • Risiken erkennen und die Anweisungen deines Leiters*deiner Leiterin befolgen

Umwelt

- ☐ • Nautische Begriffe verwenden
- ☐ • Dein Material selbständig aufräumen
- ☐ • Selbständig aus- und einlaufen

Klasse, Datum und Unterschrift:



Niveau 3 – Perfektionierung

In einem überwachten Bereich selbständig segeln (bis 16 Knoten)

Technik

Richtung:

- ☐ • In einem bestimmten Bereich selbständig segeln
- ☐ • Um Bojen segeln (Dreieck)

Gleichgewicht:

- ☐ • Dein Boathandling mit dem Gewichtstrimm unterstützen

Vortrieb:

- ☐ • Die Segel für die Windrichtung und den Kurs richtig trimmen

Sicherheit

- ☐ • Risiken erkennen und angemessen darauf reagieren

Umwelt

- ☐ • Die Wetterlagen an deinem See unterscheiden
- ☐ • Die Vortrittsregeln anwenden

Klasse, Datum und Unterschrift:



Niveau 4 – Einführung Regattasegeln

Selbständig segeln (bis 16 Knoten)

Technik

- ☐ • Alle Manöver in einer effizienten Weise ausführen
- ☐ • Einen Regattakurs vollständig segeln
- ☐ • Dynamisch den Trimm an den Kurs und die Bedingungen anpassen

Sicherheit

- ☐ • Vorausschauend auf die Bedingungen reagieren

Umwelt

- ☐ • Die Wettfahrtregeln anwenden (WR R10- R11- R18)
- ☐ • Dich fair gegenüber deinen Mitsiegler*innen verhalten

Klasse, Datum und Unterschrift:



Niveau 5 – Regattasegeln

Effizient und verantwortungsvoll segeln (bis 20 Knoten)

Technik

- ☐ • Alle Regattasituationen im Wettkampf erfolgreich meistern (Start, Bojenrundung, etc...)
- ☐ • Vortriebsmethoden Rollen und Pumpen den Bedingungen entsprechend anwenden
- ☐ • Rigg und Segel optimal trimmen

Sicherheit

- ☐ • Verantwortung für die eigene Sicherheit sowie die der Mitsiegler*innen übernehmen

Umwelt

- ☐ • Die Wettfahrtregeln anwenden
- ☐ • Das Wettergeschehen analysieren und voraussagen
- ☐ • Strategie und Taktik entwickeln und anwenden

Klasse, Datum und Unterschrift:

MEINE ERREICHTEN NIVEAUS



MEIN PROFIL

Name _____

Vorname _____

Geburtsdatum _____

Lizenznummer _____

Club _____

Swiss Sailing gratuliert dir und wünscht dir viel Vergnügen auf dem Wasser!

Swiss Sailing
Haus des Sports
Talgut-Zentrum 27
3063 Ittigen

Telefon +41 31 359 72 66
E-Mail admin@swiss-sailing.ch
www.swiss-sailing.ch/system

