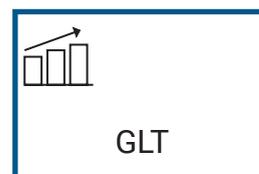
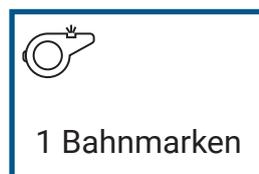
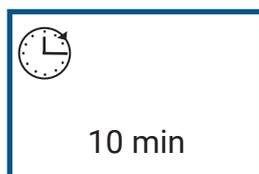


## Position halten -

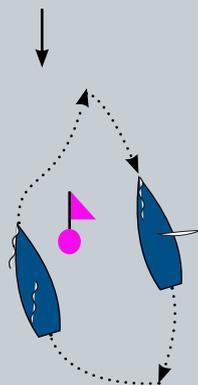


### Ziel:

Die Fähigkeit zu erwerben, seine Position auf einer Stelle zu halten.

### Beschreibung:

Die Segler\*in soll das Boot neben einer Tonne auf Position halten. Dies soll durch Ruderbewegungen und/oder Segeltrimm erreicht werden.



### Variationen:

Sobald die Segler\*in die Fähigkeit erlangt hat, die Position an der Tonne zu halten. Kann die Segler\*in versuchen, um die Tonne herum zu manövrieren, ohne zu halsen und dabei so nah wie möglich an der Tonne zu bleiben.

### Trainer Tipps: