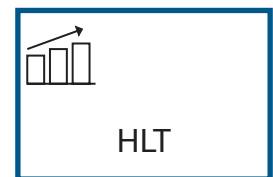
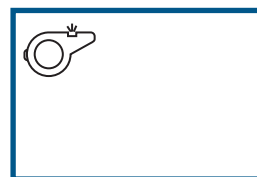
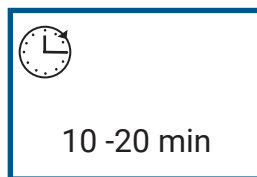
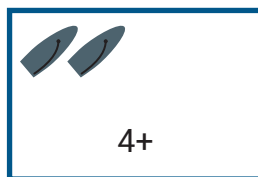


The Invisible



Ziel:

Positionieren an einer langen Startlinie, Gefühl zur Linie

Beschreibung:

Es werden zwei Startgruppen gebildet (Abb. 1). Eine Gruppe ist in der ersten Reihe (blaue Boote), die zweite Gruppe (gelbe Boote) klebt am Heck der anderen Gruppe. Beim ersten Pfiff darf die zweite Reihe mit dem Anfahren beginnen und in die Lücke der ersten Reihe sich eingliedern (Abb. 2). Beim zweiten Pfiff starten alle. Danach wird wieder angehalten und die Übung beginnt von vorne.

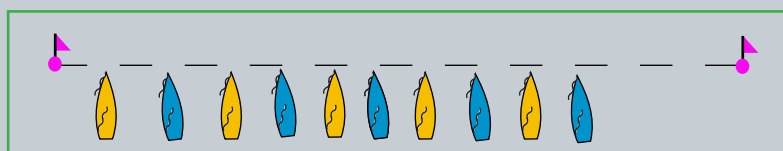


Abb. 2

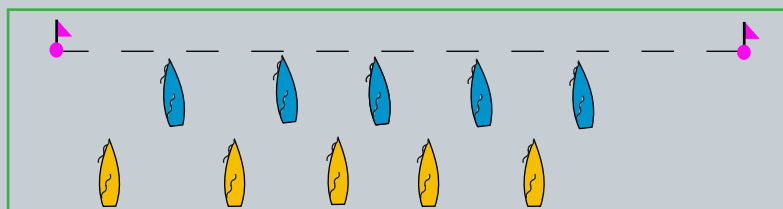


Abb. 1

Variationen:

Ordnet die Segler*innen anderen Teamparter*innen zu. Variiert die Zeit zwischen den Pfiffen.

Trainer Tipps:

Gibt Hilfestellungen, wie Landpeilungen oder legt zu Beginn zwei Tonnen aus, damit die Segler*innen sich an das Prozedere gewöhnen können. Achtet bei den Paarungen auf eine ähnliches Niveau der Segler*innen.