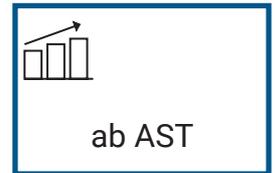
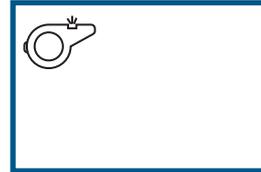
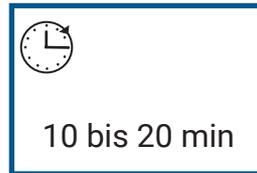
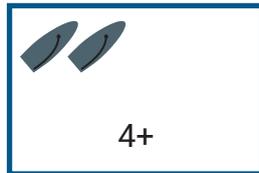


## Vorschoter-Race

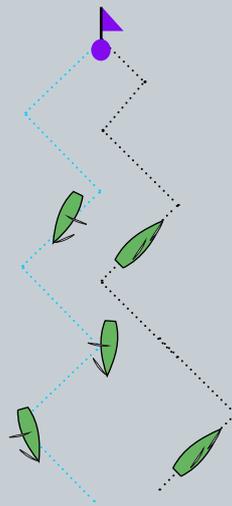


### Ziel:

Kennenlernen anderer Aufgaben auf dem Schiff und der damit verbundenen Herausforderungen. Verbesserung der Bootsbeherrschung

### Beschreibung:

Zum Ende der Einheit lässt du die Positionen auf einem Zweihand-Boot tauschen. Deine dazu gewählte Übungsform wird dann mit getauschten Positionen bestritten.



### Variationen:

Nur Steuerleute und nur Schotten auf einem Schiff segeln lassen.

### Trainer Tipps:

Die Übung funktioniert nur mit Zweihandbooten. Das Niveau der getauschten Positionen muss berücksichtigt werden. Es sollten nur einfache Kurse gesegelt werden. Wenn die Übung mit dem Hafenrennen kombiniert wird, sollten die Positionen vor dem Anlegen getauscht werden. Es sollten keine Segler\*innen zur Teilnahme gezwungen werden, wenn sie sich bei der Übung unwohl fühlen. Allerdings sollten die Segler\*innen ermutigt werden, die Übung auszuprobieren.