

Inhalt

Meerwärts	8
Zehn Boote – zehn Leben	12
Das Schiff »Kathena nui«	24
Lust auf Segeln	32
Meer und Abenteuer	52
Sinn und Motiv eines Törns	58
Die Kosten einer Fahrt	70
Überlegungen zum Entwurf	84
Der Bootsbaumwerkstoff	96
Größe und Eignung	104
Die Takelage	116
Segel sind mehr	136
Arbeitsplatz: Deck und Cockpit	152
Einrichtung unter Deck	162
Ausrüstung, Technik, Zubehör	176
Anker & Ankern	216
Anmerkungen zur Sicherheit	234

Routen im Wind	246
Vorbereitung auf einen Sturm	268
Sturmtaktik: Kampf mit den Wellen	278
Angst machen – Furcht haben	300
Der Einzelkämpfer	308
Allein und stark	318
Astronavigation einfach gemacht	330
Segeln bei Nacht	356
Fit sein und die Gesundheit	366
Ernährung an Bord	380
Das Log-Tagebuch	400
Fahrtensegeln am Beispiel »Pustebume«	410
Auf Schiffssuche	450
Nie wieder – Fragen und Antworten	460
Inbesitznahme eines Bootes	492
Etwas Geschichte – Daten und Fakten	498