

Inhalt

Danksagung 7

Vorwort 9

1 Wie und warum 10

Warum jeder Segler
Einhand-Techniken beherrschen
sollte 10

Die Yachten für die
Praxistests 12

2 Ordnung und Fertigkeiten 14

Tauwerk 14

Belegen 20

Vertäuen 22

Knoten 25

Bootshaken 32

Eine Klampe teilen 35

Lange Landleinen 35

Seglers Schuhwerk 36

Sauberkeit an allen Orten 36

Fachbegriffe 37

3 Von einem Liegeplatz ablegen 38

Wind und Tidenstrom 38

Radeffekt 39

Einsatz der Fender 40

Plan B 43

Strömung an Rumpf
und Ruder 44

Rückwärts aus der Box 46

Vorwärts aus der Box 54

Längsseits ablegen bei
wenig Platz 56

4 An einem Liegeplatz anlegen 60

Die Ansteuerung 60

Bug voraus anlegen 63

Heck voraus anlegen 68

Bug voraus,
erschwerte Bedingungen 70

Heck voraus,
erschwerte Bedingungen 71

Starker, abhaltender Wind 72

Box mit Dalben 72

Im Päckchen 74

Römisch-katholisch anlegen 78

Kurze Fingerstege und Bügel
statt Klampen 82

5 Segeln, beidrehen und reffen 86

Segeltrimm und Handling 86

Im Kreis segeln 92

Beidrehen 92

Reffen 94

6 An einer Boje an- und ablegen 96

Die kontrollierte
Ansteuerung 96

Boje mit fester Belegleine
und Schwimmer 98

Boje ohne Belegleine 103

7 Ankern 106

Markierungen an Kette
und Trosse 106

Die wichtigsten Tipps für sicheres
Ankern 109

Einen Warpanker einsetzen 111

Bahama-Muring 115

Landfeste ausbringen 116

Anker am Strand ausbringen 116

Anker unklar? 116

8 Wetterkunde 118

Warm- und Kaltfront 120

Wind an Land und auf See 120

9 Schwerwettersegeln 122

Die richtigen Segel 123

Segeldruckpunkt nach
innen bringen 123

Segelbalance 124

Luvgierigkeit 124

Sturmklar an und
unter Deck 126

Sturm 130

Wann beidrehen? 131

10 Navigation 132

Messungen mit
Körpereinsatz 132

Entfernungen 134

Gezeitenstrom
ausnutzen 136

Mondphasen 137

Navigation mit
dem Tablet 138

11 Mensch-über-Bord-Manöver 140

Zurück zum MOB 140

MOB an Bord holen 145

Bewusstlosen MOB
an Bord holen 146

Fachbegriffe 155

Epilog 156

Stichwortverzeichnis 158