

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 31
Eine Klampe teilen 33
Lange Landleinen 34
Seglers Schuhwerk 34
Sauberkeit an allen Orten 34
Fachbegriffe 35

3 Den eigenen Liegeplatz einrichten 36

Festmacher 36

Vorwärts oder rückwärts 37

4 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

Bug oder Heck mit der Spring abdrücken 56

Zusammenfassung 59

5 An einem Liegeplatz anlegen 60

Die Ansteuerung 60

Dwars laufen 62

Bug voraus anlegen 63

Heck voraus anlegen 68

Bug voraus, erschwerte Bedingungen 69

Heck voraus, erschwerte Bedingungen 69

Kurzer Fingersteg 70

Keine Klampen, nur Ringe und Bügel am Steg? 71

Box mit Dalben 73

Im Päckchen 75

Römisch-katholisch anlegen 78

Kurze Fingerstege und Bügel oder Ringe statt Klampen 83

6 Segeln, beidrehen und reffen 86

Segeltrimm und Handling 86

Im Kreis segeln 92

Beidrehen 92

Reffen 94

7 An einer Boje an- und ablegen 96

Die kontrollierte

Ansteuerung 96

Boje mit fester Belegleine und Schwimmer 98

Boje ohne Belegleine 103

8 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

9 Wetterkunde 118

Warm- und Kaltfront 120

Wind an Land und auf See 120

10 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

11 Navigation 132

Messungen mit Körpereinsatz 132

Entfernungen 134

Gezeitenstrom ausnutzen 136

Mondphasen 137

Navigation mit dem Tablet 138

12 Mensch-über-Bord-Manöver 140

Zurück zum MOB 141

Notruf absetzen 142

Mensch-über-Bord-Manöver üben 142

Auskühlung und Gefahr in kaltem Wasser 146

Bewusstloser MOB 147

Bergesysteme 149

Verhaltensregeln für einen nicht ohnmächtigen MOB 153

Epilog 156

Stichwortverzeichnis 158