

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, erschwerete Bedingungen 69
Heck voraus, erschwerete 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

11 Navigation 132

Messungen mit Körpereinsatz 132
Entfernungsmesser 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