

	Einführung	4
Kapitel 1	Die ersten Schritte	7
	<i>Die Praxis:</i> Willkommen!	8
	<i>Die Theorie:</i> Was man noch so wissen sollte	9
Kapitel 2	Auftrieb und Widerstand	25
	<i>Die Praxis:</i> Das Segelflugzeug – Auftrieb und Widerstand	26
	<i>Die Theorie:</i> Das Segelflugzeug – ein wenig Theorie	27
Kapitel 3	Horizont, Faden und Querneigung	39
	<i>Die Praxis:</i> Die Bedienung der Ruder	40
	<i>Die Theorie:</i> Die Ruderwirkungen	41
	<i>Die Praxis:</i> Der Kurvenflug	56
	<i>Die Theorie:</i> Die Physik des Kreisfluges	57
Kapitel 4	Der Start	69
	<i>Die Praxis:</i> Der Start – aufwärts mit der Winde	70
	<i>Die Theorie:</i> Der Windenstart – kurz und heftig	71
	<i>Die Praxis:</i> Der Flugzeugschleppstart – immer hinterher	86
	<i>Die Theorie:</i> Der Flugzeugschleppstart – Paarlauf	87
Kapitel 5	Die Platzrunde	109
	<i>Die Praxis:</i> Übungsteil	110
	<i>Die Theorie:</i> Was Sie schon immer wissen wollten...	111
	<i>Die Praxis:</i> Rechteck	130
	<i>Die Theorie:</i> Was mache ich mit meiner Höhe?	131
Kapitel 6	Tipps und Tricks	145
	<i>Die Praxis:</i> Kleinigkeiten mit großer Wirkung	146
	<i>Die Theorie:</i> Nicht nur für Profis	147
Kapitel 7	Die Landung	165
	<i>Die Praxis:</i> Mit Überlegung fliegen	166
	<i>Die Theorie:</i> Warum geht es nicht anders?	167
Kapitel 8	Verhalten in besonderen Fällen	185
	<i>Die Praxis:</i> Training hilft!	186
	<i>Die Theorie:</i> Mitdenken und handeln!	187
Kapitel 9	Der Alleinflug	201
	<i>Die Praxis:</i> Der Start – endlich allein!	202
	Anmerkungen ... zur Pädagogik	203
Kapitel 10	Schulung für Fortgeschrittene: Die B-Prüfung	213
	<i>Die Praxis:</i> Übung macht den Meister	214
	<i>Die Theorie:</i> Noch mehr Training	215
Kapitel 11	Schulung Streckenflug: Die C-Prüfung	241
	<i>Die Praxis:</i> Wo bitte ist mein Flugplatz?	242
	<i>Die Theorie:</i> Fliegen, fliegen, fliegen!	243
	Links und Bücher...	250
	Über den Autor	251