

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