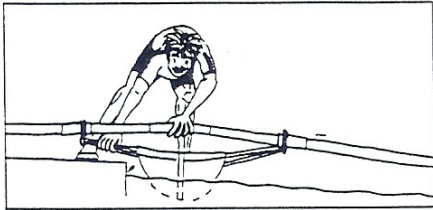


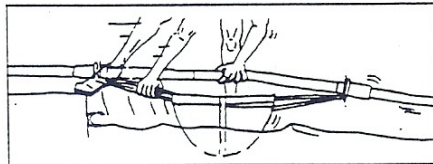
Ablegen

B. Aklin SC Zug 24.1.2007

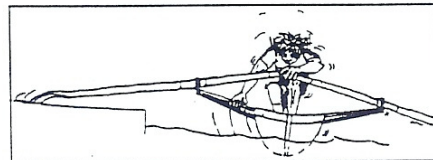
Sowohl beim Ablegen als auch beim Anlegen ist darauf zu achten, dass die Blätter auf der „Landseite“ mit der gewölbten Fläche nach oben über den Steg gezogen werden (sonst zu hoher Verschleiß!)



Zum Ablegen umschließt die wasserseitige Hand beide Skullgriffe. Die andere Hand stützt sich am Ausleger oder Dollbord ab. Das Körpergewicht lastet vollständig auf dem wasserseitigen Bein.

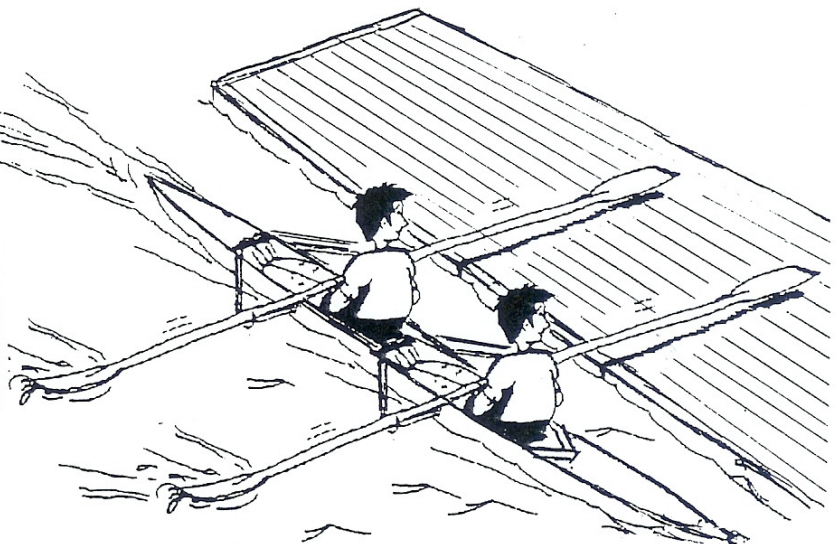
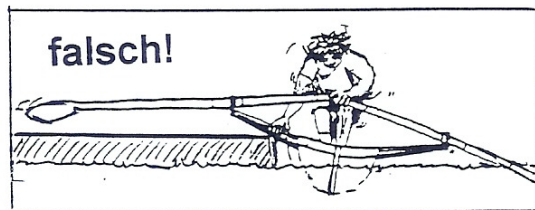
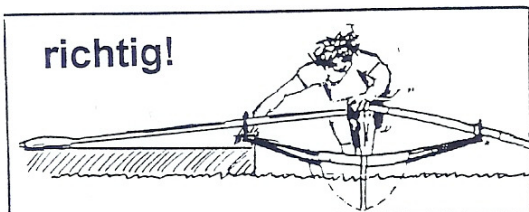


Abstoßen von der Stegkante. Mittels der Führung der Innenhebel halten die Blätter Kontakt zum Land/ zur Wasseroberfläche



Hinsetzen auf den zur Ferse gerollten Rollsitze. Der landseitige Fuß wird sofort auf das Stemmbrett gesetzt

Anlegen



- Man fährt gegen die Strömung bzw. gegen den Wind auf den Steg zu (optimaler Winkel ca 30°)
- Etwa eine Bootslänge vom Steg entfernt bleibt man in Orthogonalstellung der Ruder.
- Die Aussenhand umfasst beide Rudergriffe zusammen, damit die Innenhand frei bleibt.
- man legt sich mit dem Oberkörper leicht zur Wasserseite, damit das Ruder mit der gewölbten Seite und der Ausleger ohne Stegberührung über den Steg gleiten.
- man schaut über die Schulter zur „Landseite“, stoppt dann das Boot mit den Rudern auf der Wasserseite ab, wenn es parallel zum Steg am richtigen Ort ist.
- Der Ausleger (das Boot) wird nur so weit auf den Ponton hineingezogen, dass das Boot zum Aussteigen nicht schief angelegt ist! Mit der landseitigen Hand fixiert man den Ausleger am Ponton.
- Beim Aussteigen setzt man den Fuss auf dem Fussbrett eher etwas landseitig ab, damit Druck auf den Ausleger am Ponton entsteht. (...das fixiert das Boot beim Aussteigen am Ponton!)