



Merkzettel für Training und Regatta

1. Persönliche Ausrüstung:

- a. Schwimmweste bzw. Regattaweste ggf. vom WVF
- b. Surf- Segelschuhe, im Sommer auch wasserfeste Sandalen mit Zehenkappe
- c. Trockenanzug auch Segelkombi, im Sommer auch Shorty
- d. Kopfbedeckung – Mütze, Sonnenschirm
- e. Bei langen Haaren: Haarband, Gummi
- f. Sonnenmilch – Creme
- g. Taschenmesser, Einwegfeuerzeug, mehrere Bändsel: 1,5 – 2 mm dick, 20 cm lang

2. Trainingsausrüstung:

- a. siehe Punkt 1.
- b. Kleidung zum Wechseln
- c. Badehose – Badeanzug
- d. Handtuch – Duschzeug
- e. Schreibblock, Stift – Kugelschreiber
- f. Edding Permanent Filzer 2mm schwarz

3. Boot:

- a. Boot geputzt und mit Nummern bzw. Namen gekennzeichnet
- b. Zustand, bzw. Schäden oder fehlende Teile benennen und bei den Betreuern melden.
- c. Kontrolle:
 1. Auftriebskörper
 2. Mastsicherung
 3. Pinne und Schwert
 4. Rigg – Segel, Mast und Verklicker
 5. Slipwagen
 6. Zubehör – Ösfass (Pütz), Praddel, Schwamm

4. viel Spaß und gute Laune:

- a. Fürsorgliches Miteinander - **jeder hilft jedem**
- b. Es gilt nur der positive Vergleich – **es zählt auch der Letzte**
- c. Pfléglicher Umgang mit der Umgebung – **Wir sind nicht alleine im Verein, in den Umkleideräumen und auf dem Wasser**
- d. Wir achten unsere Umwelt – **keine Umweltverschmutzung**