

## **To-Do-Liste zur Vorbereitung auf das Regattatraining**

### **Packliste**

Allgemeine Hinweise zum Packen:

- Im Segelzentrum gibt es Umkleiden mit abschließbaren Spinden und Duschmöglichkeiten.
- Schwimmwesten, Trapezhosen und Segelhelme werden gestellt

Hier ein paar wichtige Dinge, die du dabeihaben solltest:

- Nachweis der Statusgruppe (nicht bei Externen)
- Vorhängeschloss für den Schrank im Umkleideraum
- einen Stift und einen Block um dir Notizen zu machen
- Sonnenschutz (Creme, Brille und Cap)
- Getränke und bei Bedarf Snacks für's Boot

Bekleidung, die du dabeihaben solltest:

- Neoprenanzug
- Neoprenschuhe
- Handschuhe
- ggf. wasserdichte Jacke als Windschutz
- Handtuch

### **Bereite dich auf den Kurs vor!**

- Lerne die Wettfahrtregeln. Dazu kannst du zum Beispiel folgende die Webseite nutzen: [www.finckh.net](http://www.finckh.net)
- Willst du dich bereits im Vorfeld in das Thema einlesen, empfehlen wir dir: Regattasegeln – Strategie und Taktik (Malte Philipp) / ISBN: 9783768816021