

## To-Do-Liste zur Vorbereitung auf den Kurs Jollensegeln Warming-up

### Packliste

Allgemeine Hinweise zum Packen:

- Im Segelzentrum gibt es Umkleiden mit abschließbaren Spinden und Duschmöglichkeiten.
- Schwimmwesten 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)
- Essen und Getränke für die Pausen

Bekleidung, die du dabeihaben solltest:

- Bringe warme Kleidung mit, da es auf dem Wasser auch im Sommer recht kalt werden kann.
- Je nach Wind und Wetter empfiehlt es sich eine Regenjacke und eine Regenhose mitzunehmen.
- In den Jollen steht beim Segeln häufig etwas Wasser, sodass geeignet Schuhwerk sinnvoll ist, z.B. Neoprenschuhe oder Gummistiefel oder Turnschuhe, die nass werden können.
- Badekleidung, Badelatschen und Handtücher
- Ersatzkleidung

Was sonst noch sinnvoll ist:

- Segelhandschuhe oder leichte Arbeitshandschuhe
- Wenn du bereits einen Neoprenanzug hast, nutze diesen gerne.

### Bereite dich auf den Kurs vor!

- Ließ dazu das Kursbuch *Segeln Lernen*.

<https://www.segeln.uni-kiel.de/de/informationen/downloads>



- Schau dir auf dem Youtube-Channel des Segelzentrums an, wie eine Uni-Jolle aufgebaut wird.

<https://www.youtube.com/watch?v=NI16oO5HwQM>

