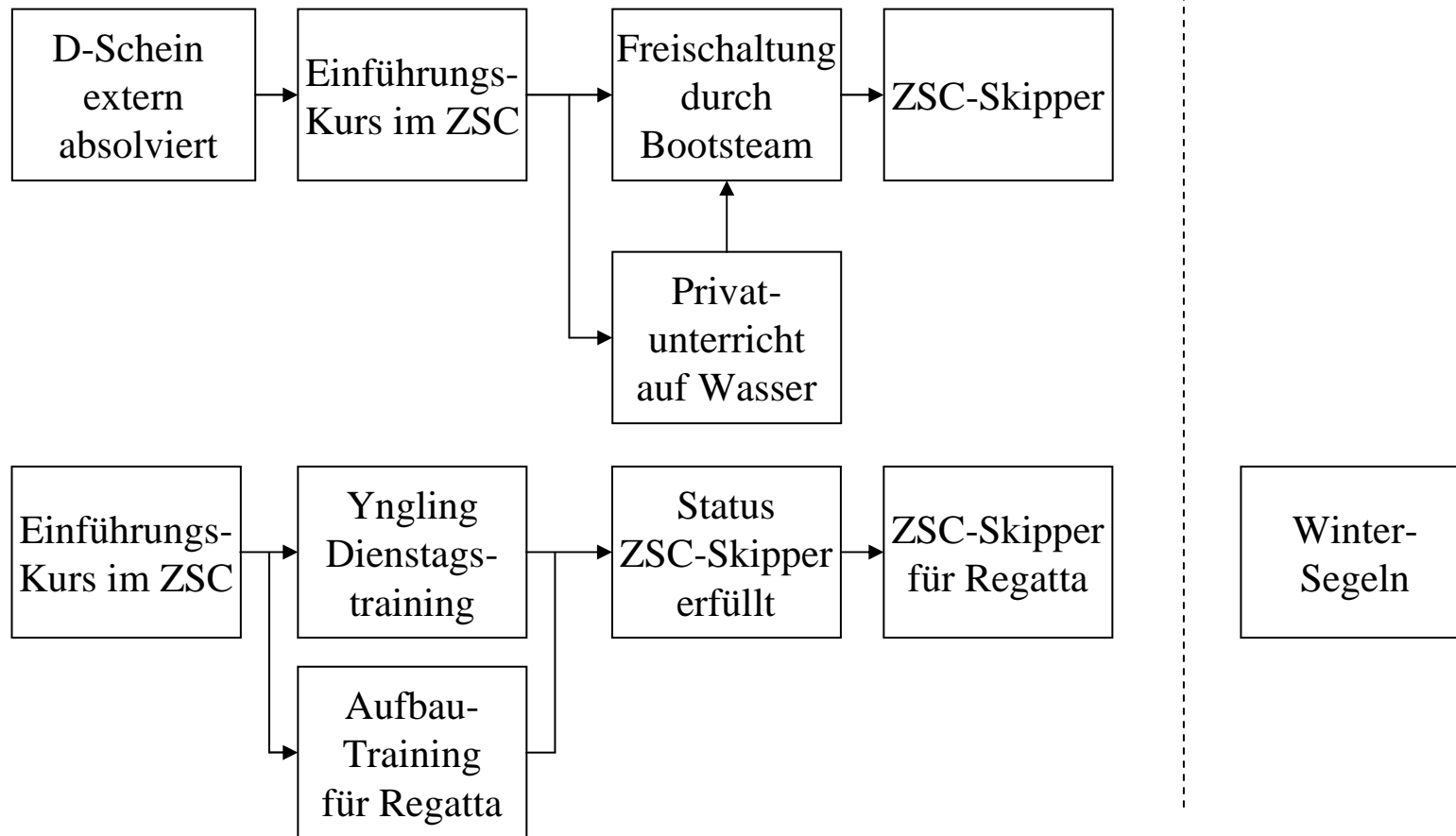


ZSC Winter- und Frühlingsprogramm 2010

- Einführungskurs Schiffhandling
- Aufbau-Training für Regatta
- Winter-Segeln

Segler-Laufbahn im ZSC



Einführungskurs Schiffhandling

- Die ZSC spezifischen Gegebenheiten kennen lernen
 - Schiff zur Boje und zurück
 - Umgang mit Segel
 - Segel Manöver
- Ziel:
 - Freischaltung zum ZSC-Skipper

Aufbau-Training für Regatta mit Marcel Güttinger

- Konzept: 2 Teiliger Einführungskurs für Regatteure
 - Zielgruppen: Clubmitglieder, Gastmitglieder, Jungaktive und Junioren
 - In Kursteil I
 - Legen der theoretischen Basis
 - In Kursteil II
 - Wasser-Training auf den neuen ZSC Ynglings mit direktem Bezug zum Theorie- und Simulations-Teil
- Ziel:
 - Mit Spass vorbereitet in die Segel-Saison 2010 starten!
 - Begleitung von der Basis aus, gezielt bis ins konkrete Segelmanöver auf dem Wasser
 - Einstieg ins Regatta-Segeln am Dienstagabend im ZSC

Aufbau-Training für Regatta

Kursteil I Theorie

- 18.00 – 19.00 Welcoming, Türöffnung Clubhaus
Individuelles Segeln auf dem PC
- 19.00 – 20.30 Theorieblock
- 20.30 – open end Anwendung Theorie auf dem Computer –
Virtuelles Regattieren gegen die Kollegen

Theorieblock 1. März:

- Vorbereitung /Ablauf Regatta
- Einführung Virtual Skipper

Theorieblock 8. März:

- Ablauf Start
- Regeln & Taktik Start

Theorieblock 15. März:

- Kreuzkurs / Boots-Speed
- Regeln & Taktik auf Kreuz

Theorieblock 22. März:

- Bojen-Manöver
- Regeln & Taktik rund um die Bojen

Aufbau-Training für Regatta

Kursteil II Wassertraining

- 13.00 – 13.30 Vorbereitung der Schiffe
- 13.30 – 16.00 Manöver auf dem Wasser
- 16.00 – 17.00 Versorgen der Schiffe

5. Juni:

- Segelmanöver
- Spi Führung

26. Juni:

- Startablauf
- Bojenmanöver

10. Juli:

- Start – Ziel Übung
- 1. Regatta

Aufbau-Training für Regatta

Nice to know (I)

- Computer
 - Ein Netzwerk von 10 Computer wird vom Referenten zur Verfügung gestellt (inkl. Virtual Skipper)
- Kosten:
 - CHF 160.00 pro Teilnehmer für Kurs I + Kurs II
 - CHF 80.00 pro Teilnehmer für Kurs I (Kurs II nur mit Kurs I möglich)
- Ort:
 - Clubhaus Zürcher Segel Club, Bellerivestrasse 146 8008 Zürich
- Anmeldung:
 - Mit Anmeldeformular beim ZSC (Internet)
 - Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt

Aufbau-Training für Regatta Nice to know (II)

- Anzahl Teilnehmer:
 - Theorie (Kurs I): mind. 10 Teilnehmer
max. 20 Teilnehmer
 - Wassertraining Kurs II): mind. 6 Teilnehmer
max. 12 Teilnehmer

ZSC „Winter-Segeln“ 2010 mit Marcel Güttinger

- ZSC Winter-Segeln
 - Unter dem Patronat des ZSC führt Marcel Güttinger auch dieses Jahr das beliebte „Winter-Segeln“ im Clubhaus durch.
 - Ablauf:
 - Theorie Block mit spezifischem Thema (auch Zuzug von Spezialisten, wie zB Meteorologen)
 - Praktische Übungen am PC
 - Virtuelle Regatten
 - Infrastruktur:
 - 10 vernetzte PC mit Bildschirmen (10 Boote) + Beamer
 - Software: Virtual Skipper Version 5
 - Wann: jeden Dienstag ab 5. Jan bis 23. März (ausser 16.2 & 23.2), ab 19:00 bis open End
 - Kosten: Fr 10.00 pro Teilnehmer und Abend, ZSC Mitglieder erhalten einen Bon für einen Gratis Eintritt (Internet)
 - Keine Anmeldung erforderlich
 - Info@: marcel.guettinger@swissonline.ch