

Ausbildungskonzept Wind- und Foilsurfen ASVZ



Wind Basics

Ziel: Wind- und/oder Kitesurfen Einstieg bis Grundmanöver, Wenden, Halsen, Höhe halten

Voraussetzungen: SUP, Skaten, Gleichgewicht

Inhalte/Aufbau:

- Material und Funktionskunde
- Sicherheit und Regeln auf dem Wasser
- Grundkenntnisse und -fähigkeiten erlangen
- Basic Manöver, Gleiten

Wing Basics

Ziel: WingSUPen und Fahrrichtungen steuern

Voraussetzungen: SUP, Windsurfen, Gleichgewicht

Inhalte/Aufbau:

- Material und Funktionskunde Wing/SUP
- Sicherheit und Regeln auf dem Wasser
- Paddeln liegend Upwind
- Wingsurfen Downwind
- Höhe halten, Richtungsänderungen



Foil Basics

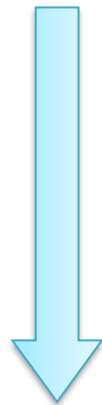
Ziel: Stehend stabile Position auf Foil, Pumpbewegungen, Richtungsänderungen, Wellenschub, Wakefoilen

Voraussetzungen: Windsurfen, Kitesurfen, Wakeboarden, Skaten, Gleichgewicht

Lernumgebung: Liftpark 2.0, Cablepark, Boot

Inhalte/Aufbau:

- Stabile Position auf und über dem Wasser an der Leine (unter Leinenzug)
- Anfahren mit Leine hin zu Antrieb via Pumpbewegungen (ohne Leine)
- Wellenschub nützen ohne Leine (Boot)
- Richtungsänderungen ohne und mit Wellenschub



Wind-/KiteFoil

Ziel: WindFoilen, Fahrrichtungen lenken

Voraussetzungen: Windsurfen, Kitesurfen

Inhalte/Aufbau:

- Körperposition über dem Board
- Aus Verdränger-Fahrt ins Foil-Fleiten übergehen
- Höhe laufen, Wende und Halse
- Freestyle Manöver
- Race, Regatten



PumpFoil

Ziel: Materialkenntnisse, Funktion Foil, Dockstarts, Pumpantrieb

Voraussetzungen: Surfen, Skaten, Gleichgewicht

Inhalte/Aufbau:

- Material- und Funktionskunde Foil
- Aufbau Foil
- Einführung Dockstarts
- Sehr viel Training!



WingFoil

Ziel: WingFoilen, Fahrrichtungen lenken

Voraussetzungen: WingSUPen, Surfen, Skaten, Gleichgewicht

Inhalte/Aufbau:

- Anpumpen via Wing
- Höhe laufen, Wende und Halse
- Pumpen Antrieb via Foil
- Board-Volumen reduzieren
- Freestyle Manöver
- Race, Regatten