

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

---

### Nutze vorbereitete Übungen und gestalte sie selbst.

#### A) Überblick:

**Taktisches Segeln für Anfänger** - Grundwissen zum optimalen Steuern eines Segelbootes

**Grundlagen des Regattasegelns bei verschiedenen Windverhältnissen** - Strategie und Taktik gegen den Wind

**Grundlagen des Regattasegelns und taktische Situationen vom Start bis Ziel:** - Startlinie mit bevorzugter Seite - Startlinie mit Frühstartkontrolle - On Course Side (OCS) - Erste Kreuz - Verzogener Kurs - Luv- und Leebahnmarke - Felddtaktik Gegen- und Vorwind - Zone und Überlappung - Streckbug und Anliegeline - Geschwindigkeit und Höhe - Zieleinlauf

**Spezielle taktische Situationen für Experten** - "Taktik gegen den Wind" - Chance auf Abkürzung - Risiko auf Verlängerung - Gewinn und Verlust

**Spezielle taktische Situationen - "Taktik Boot gegen Boot"** - Multi Player 10 Boote - Startphase mit 10 Booten - Luvboje mit 10 Booten - Leebojen - Gate - mit 10 Booten - Wegerecht - Protest und Jury - Fleet Race - Match Race

**Regattatraining - vier Boote - vier Segler am Start (Multi-Player 4 Spieler):** Fleet-, Match- und Team Race, Segel-Bundesliga-Format. Mehrere Trainingslevel Wind 1x1 bis 4x4 - Startphase mit Count down und "On Course side control(OCS)" - Luvboje - Leebojen - Zone und Überlappung - Bahnmarkenraum - Wegerecht - Protest und Jury - Regattatraining bei verschiedenen Windstarken wählbar, - Wind 1x1 bis 8x8, konstant oder zufällig, mit Böen und Flauten.

**Meine Regatta**, lege deinen eigenen Kurs, 6 Bojen, 4 Boote

**„Team Race“ für vier Boote - "Zwei gegen Zwei"** - Kurs in "Q oder S"-Form, wie er auch bei einer Weltmeisterschaft oder nationalen Meisterschaften üblich ist.

**"Segel Bundesliga" - 4 Boote - 4 Clubs** trainieren für die Liga. Das TS-Modell der J/70 wurde auf der Basis des zum Bootstyp gehörenden Polardiagramms entwickelt und ist aus diesem Grund in seinen Segeleigenschaften identisch mit einer realen J/70. Regatten können mit 2 oder 4 Booten (Spiel-Modus: „Boot gegen Boot“) gestartet werden.

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

---

### B) Liste der Leistungen:

#### **Taktisches Segeln für Anfänger - Grundwissen zum Steuern eines Segelbootes:**

- Erste Schritte: ein Boot steuern
- Anluven und Abfallen
- Wenden und Halsen
- Gegen den Wind segeln - Kreuzen
- Bootsgeschwindigkeit - Abfallen und Anluven
- Windrichtung - und Stärke ausnutzen
- Manöver mit mehreren Booten
- Vorfahrtsregeln und Wegerecht

#### **Grundlagen des Regattasegelns bei verschiedenen Windverhältnissen**

- Strategie und Taktik gegen den Wind
- Setze deinen Kurs auf der Regattabahn, Start- und Ziellinie, 6 Bojen
- Setze deinen eigenen Wind, 9 verschiedene Windregionen (Wind 3x3)
- Stark- und Leichtwind
- Winddreher, dauerhaft drehend, pendelnd
- Böen, Flauten

#### **Grundlagen des Regattasegelns und taktische Situationen vom Start bis Ziel:**

- Startlinie mit bevorzugter Seite
- Startlinie mit Frühstartkontrolle - On Course Side (OCS)
- Erste Kreuz
- Verzogener Kurs
- Luv- und Leebahnmarke
- Feldtaktik Gegen- und Vorwind
- Zone und Überlappung
- Streckbug und Anliegeline
- Geschwindigkeit und Höhe
- Zieleinlauf

#### **Spezielle taktische Situationen für Experten - "Taktik gegen den Wind"**

- Chance auf Abkürzung
- Risiko auf Verlängerung
- Gewinn und Verlust berechnung
- Berechnung der Fakten
- Risikozonen
- Der "sichere Diamant"
- Der "Switchpoint"
- Distance Made Good (DMG)
- Konzentrische Kreise
- Virtuelles Windsystem-2 für Experten
- Winddrehungen (kontinuierlich, ad-hoc)

#### **Spezielle taktische Situationen - "Taktik Boot gegen Boot" – 10 Boote**

- Multi Player 10 Boote

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

---

- Startphase mit 10 Booten
- Luvboje mit 10 Booten
- Leebojen - Gate - mit 10 Booten
- Wegerecht
- Protest und Jury
- Fleet Race
- Match Race
- Geschwindigkeit - Velocity Made Good - VMG und VMC  
(siehe Bilder unten)

### **Regattatraining - vier Boote - vier Segler am Start (Multi-Player 4 Spieler):**

Fleet-, Match- und Team Race, Segel-Bundesliga-Format

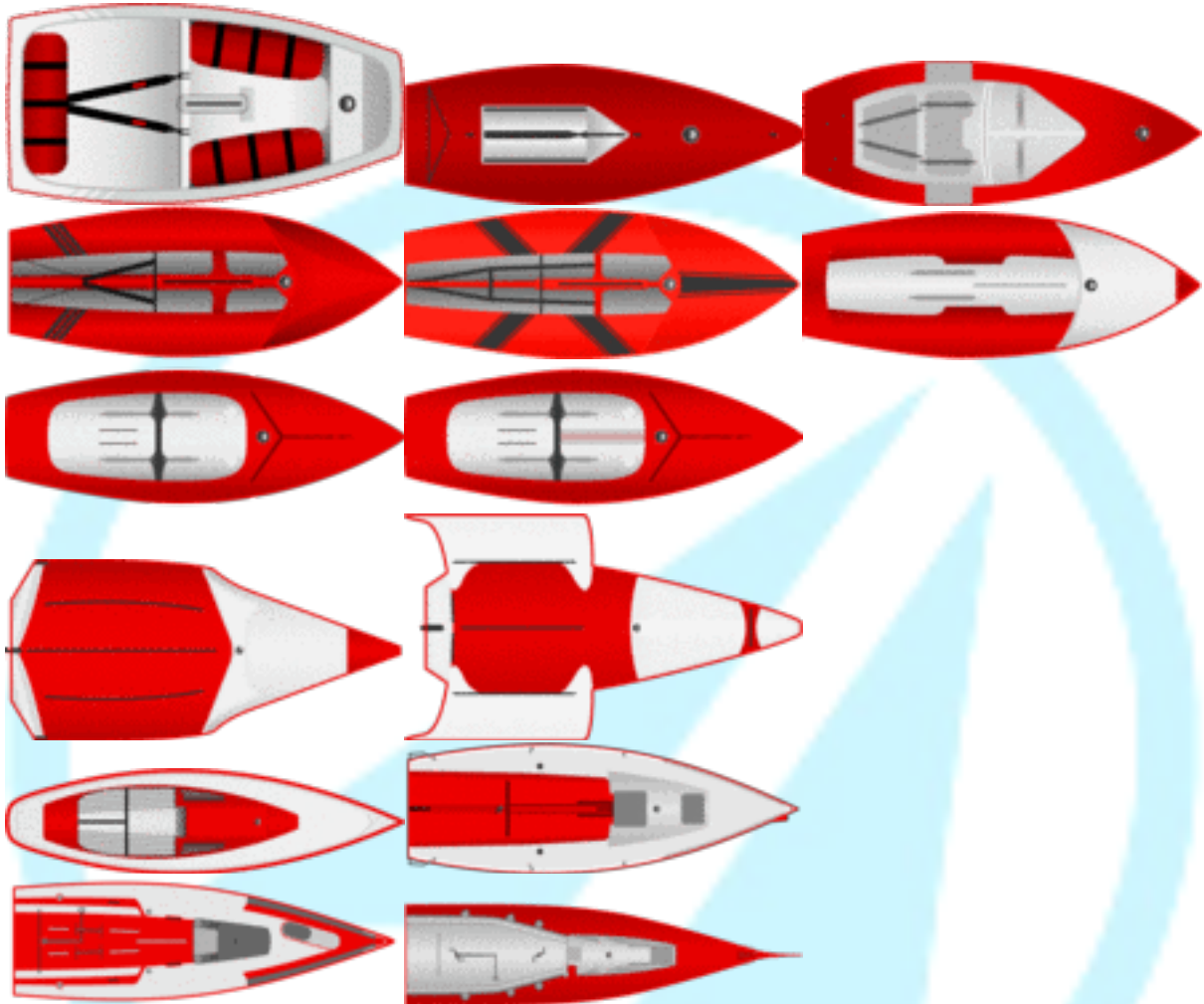
(siehe Screenshots unten)

- Mehrere Trainingslevel Wind 1x1 bis 4x4
- Startphase mit Count down und "On Course side control(OCS)"
- Luvboje
- Leebojen
- Zone und Überlappung
- Bahnmarkenraum
- Wegerecht
- Protest und Jury
- Regattatraining bei verschiedenen Windstarken wählbar,
- Wind 1x1 bis 8x8, konstant oder zufällig, mit Böen und Flauten.

**Meine Regatta**, lege deinen eigenen Kurs, 6 Bojen, 4 Boote

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

### Boote



© sukato.de

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

### Screenshots



Dragon Gasic



Lutz Kirchner



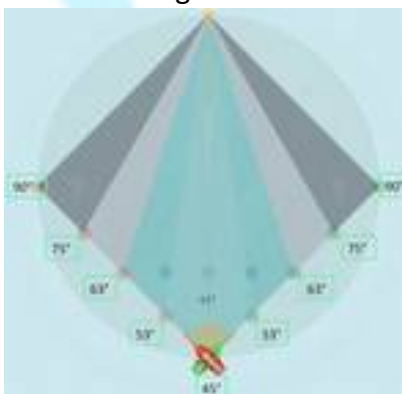
George Blaschkiewitz



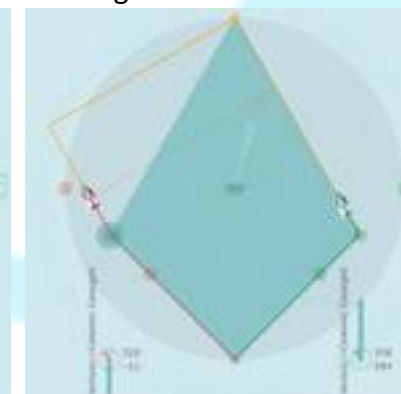
Anfänger – Anluven



Anfänger - Wenden

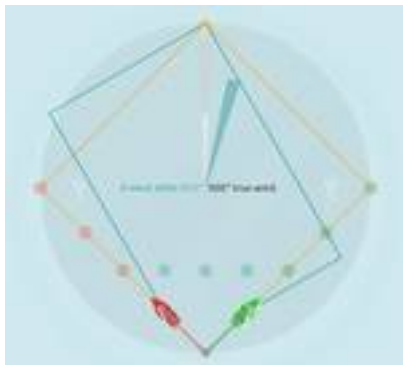


Risikozonen



Verlust und Gewinn

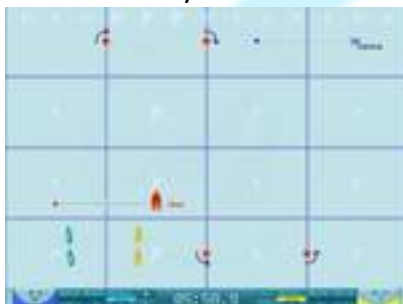
## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox



Windsystem-2



Startphase - 10 Boote



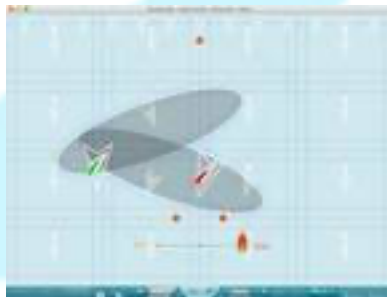
Team Race Vier Spieler



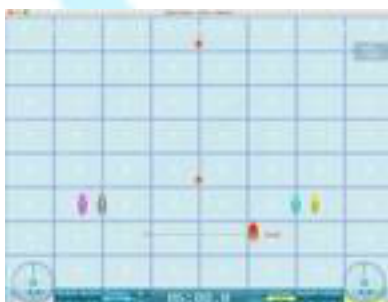
Segel Bundesliga Format



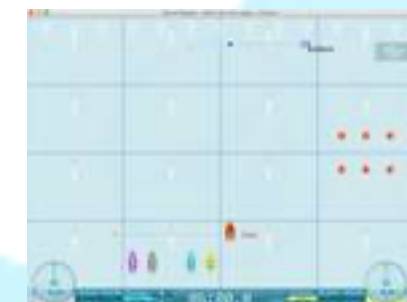
Böen und Flauten im Wind 1x1



Böen und Flauten im Wind 4x4



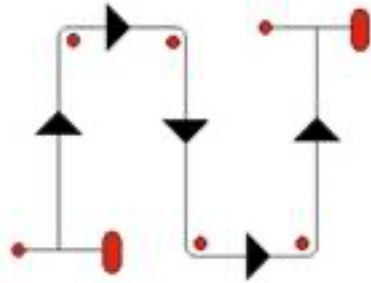
Match Race 4 Boote, Wind 8x8



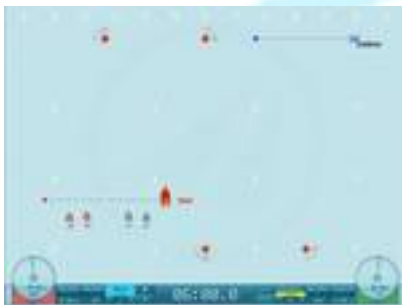
Meine Regatta 4 Boote, 6 Bojen

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

### Spezielle Regatten und Übungen



Kurs in S-Form



Team Race Übung

### **„Team Race“ für vier Boote - "Zwei gegen Zwei"**

Tactical Sailing hat dieses „Team Race“ entwickelt, weil es nicht nur gezielt den „Lerneffekt“ steigert, sondern außerdem in vielerlei Hinsicht auch noch "Spaß macht", auch wenn nur kleine Teams - "Zwei gegen Zwei" gegeneinander antreten. Chris Atkins, Chief Umpire IODA Team Racing European Ledro 2008 ist ein begeisterter Anhänger dieser speziellen Form des Segelns. „Team Race“ wurde für vier Boote - Zwei gegen Zwei entwickelt. Die Bojen sind entweder an Steuerbord oder Backbord zu runden. Die Reihenfolge Start-1-2-3-4-Ziellinie entspricht einem Kurs in "Q oder S"-Form, wie er auch bei einer Weltmeisterschaft oder nationalen Meisterschaften üblich ist. Die Windkonditionen sind für Anfänger "Wind 1x1" und auch für erfahrene Segler Wind 4x4 eingerichtet. Die Startprozedur beginnt mit dem Countdown. Der Timer kann je nach Bedarf zwischen 1-6 Minuten variiert werden.

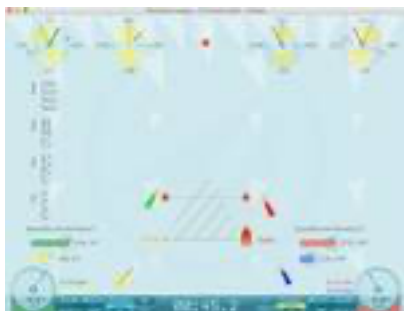
### **"Segel Bundesliga" - 4 Boote - 4 Clubs trainieren für die Liga**



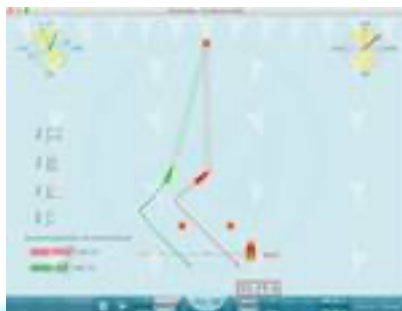
Liga 15 Minuten Flight

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

---



Liga 4 Boote



Liga 2 Boote

Die Tactical Sailing-Simulation im "Liga-Format" wird in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden für das taktische Training in Vorbereitung von Clubmeisterschaften angeboten. Wie bei realen Regatten wird auf Up- und Down-Kursen mit One-design J/70 Booten gesegelt. Das TS-Modell der J/70 wurde auf der Basis des zum Bootstyp gehörenden Polardiagramms entwickelt und ist aus diesem Grund in seinen Segeleigenschaften identisch mit einer realen J/70. Regatten können mit 2 oder 4 Booten (Spiel-Modus: „Boot gegen Boot“) gestartet werden. Ein Sparringspartner wird vom PC durch einen „Autopilot“ gesteuert und dient so als Vergleich zum eigenen Boot (siehe Spiel-Modus: „Spiel gegen den Wind“). Der Wind im Format "1x1" und "4x4" kann für das Training - den Reviergegebenheiten entsprechend - individuell eingestellt werden.

Wie durch die Regeln der Segel-Bundesliga vorgegeben, wird in einem Zeitlimit von 15 – 20 Minuten gesegelt. Die Tactical Sailing-Simulation hat dafür ein komplettes Race über mehrere Runden bis zu diesem Zeitlimit entwickelt. Bei sich ständig verändernden Windverhältnissen durch einen „Zufallsgenerator“ bedeutet jedes Race auch einen Start unter stets neuen Regattabedingungen für den Segler. Diese sogenannten „15 Minuten Flights“ sind sehr anspruchsvoll; sie erfordern volle Konzentration und großes taktisches Geschick. Die Trainingsleistungen der Segler in den J/70 Booten können mit einem „Tracking Line System“ aufgezeichnet werden. So kann die Performance sachlich analysiert und beurteilt werden: z.B. die gesegelte Strecke, aktuelle, maximale und durchschnittliche Geschwindigkeit, Anzahl der Wenden und Halsen. Im Menü Boot sind die entsprechenden Optionen als Anzeige wählbar (ON/OFF).



## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

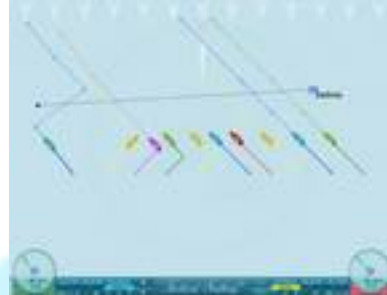
### Multi Player - Übungen mit 10 Booten

Der Trainer kann 6 Boote an taktischen Positionen und auf vorgegebenen Wegen segeln lassen (sichtbar oder verdeckt).

Weitere 4 Segler versuchen dann aktiv und taktisch klug, mit ihren 4 Booten zu starten, die die Luv- oder Leebahnmarke, ein Lee-Gate zu runden und das Ziel anzusteuern.



Count down - 1 Minute zum Start    Start mit 10 Booten an der Linie



Annäherung an Luvbahnmarke    Ziel mit 10 Booten an der Linie

### Velocity Made Good:

Geschwindigkeit gegen den Wind (VMG) und zum Kurs (VMC) optimieren



Taktik Scheibe VMG

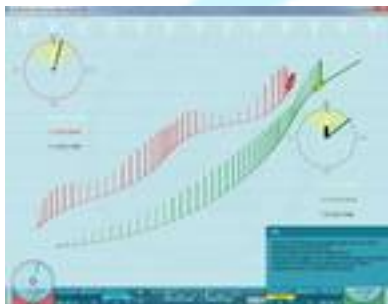


Taktik Scheibe VMC

## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

Die Simulation der "Velocity Made Good in Richtung "Wind"(VMG)" zeigt dir den praktischen Weg zu mehr Geschwindigkeit. Aber auch der theoretische Hintergrund wird erläutert. Dein Vorteil: Anstatt in der Praxis imZweikampf in den Abwinden hängen zu bleiben, kannst du deine Bootsgeschwindigkeit optimieren und auf dem Backbordbug sogar noch einen taktischen Vorteil bei der nächsten Wende durch Wegerecht mit Wind von Steuerbord erlangen. Dein Boot zeigt im Cockpit und auf einem Taktik-Display die Werte (KN): Windgeschwindigkeit, Bootsgeschwindigkeit und Velocity Made Good in Richtung "Wind"(VMG).

Die Simulation der "Velocity Made Good in Richtung "Kurs"(VMC)" zeigt dir die Geschwindigkeit auf dem Weg zu deinem Ziel, einer Boje auf deinem Kurs, z.B. in Luv oder Lee.



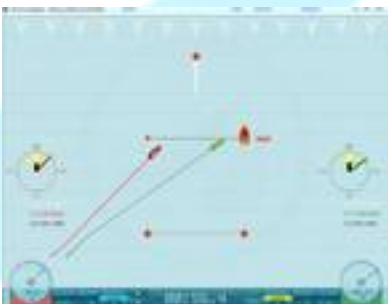
Simulation VMG



Simulation VMC



Taktik

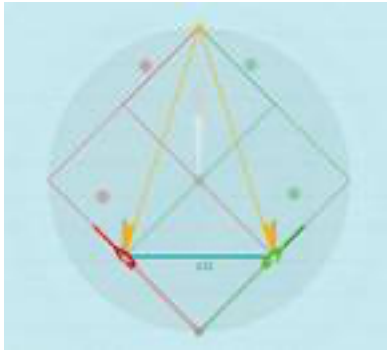


Übung

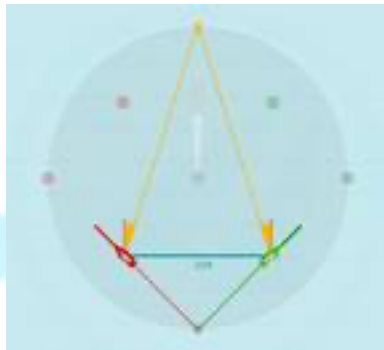
## Leistungsbeschreibung - Trainer Toolbox

---

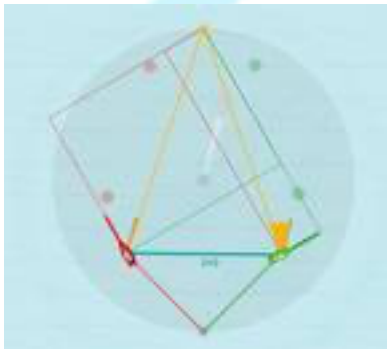
### Chance und Risiko - Gewinn und Verlust



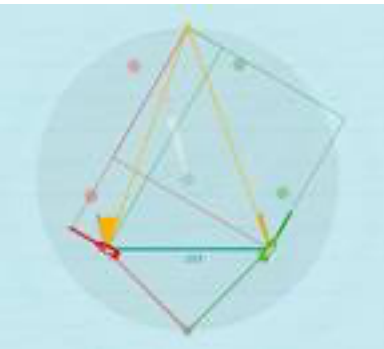
Entfernung Boot zu Boot



Peilung



Winddrehung 15°



Winddrehung 345°