



# Frauen-Segeltraining Bodensee für Seglerinnen und Skipperinnen



Drei intensive Tage an Bord, mit unterschiedlichen Hafen- und Segelmanövern, nützlichen Praxistipps und vielem mehr. Erfolgserlebnisse sind garantiert – denn Frauen können meist mehr als sie sich erst mal selbst zutrauen.

Das Training richtet sich an alle Seglerinnen, die mehr Routine und Sicherheit gewinnen möchten und in ihren seglerischen Fähigkeiten wachsen wollen. Egal, ob als Mitseglerin oder als Skipperin, für Binnen oder Offshore. Segelschein nicht notwendig.

Ein Segelschein ist nicht notwendig. Nicht geeignet für Segelanfänger.

## Ausbildungsziele:

- Sicheres Bootshandling
- Routine bei Segel- und Hafenmanövern
- Aufgabenverteilung und

## Crewmanagement

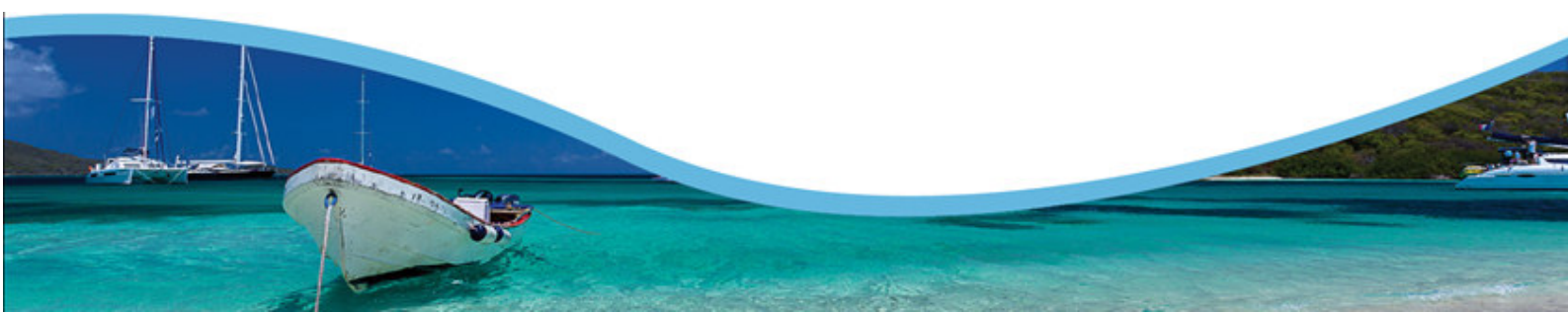
- Navigation, Törnplanung und Wetter
- Praxistipps und Profi Know-How
- Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten stärken
- Mit Freude und entspannt unterwegs sein

Achtung: Kein Prüfungs- und Meilentörn

## Beispielhafter Ablauf: 3 Tages Training

### Tag 1 - Freitag 11-19h

- Treffen am Vormittag
- Boarding, Sicherheitseinweisung, Übernahme und Einführung in die Yacht
- Planung Ablauf/Wünsche
- Kommunikation an Bord
- Ablegen
- Segel setzen, Bergen, Reffen
- Verhalten der Yacht unter Motor (Wendekreis, Aufstoppen, Fahrt)





- aufnehmen, Ruderwirkung...)
- gemeinsames Abendessen
- Zeit für Fragen und Gespräche
- Übernachtung an Bord

Aufschlag Einzelkabine: 240,- EUR

### **Inklusive**

- Training inkl. Material
- Maximal 6 Kursteilnehmer
- auf Kielyacht, ca. 32-46 Fuss
- Diesel
- Liegeplatz im Heimathafen
- Skipperin/Trainerin
- Yachtkaskoversicherung
- Endreinigung der Yacht

### **Tag 2 - Samstag 08-20h**

- Aufstehen, Frühstück an Bord
- Vertiefung Handling unter Segeln und Motor
- Manöver
- Ankern
- Anlegen und Ablegen Theorie und Praxis Grundlagen
- Bordtechnik
- gemeinsames Abendessen

### **Tag 3 - Sonntag 08-16h**

- Häufige/gerne gemachte Fehler
- Sicherheit/Notfälle
- Vertiefung und Intensivtraining Handling unter Motor
- Vertiefung Anlegen und Ablegen Theorie und Praxis Grundlagen
- Crewmanagement/Routenplanung
- Abschluss und Fragen
- Checkout
- Von-Bord-gehen bis 16h

### **Termine:**

- 03. - 05. April 2026
- 17. - 19. April 2026
- 02. - 04. Oktober 2026

### **Kursort:**

Kressbronn/Bodensee

### **Kosten:**

Skipperinnentraining 3 Tage

580,- EUR pro Person in der Doppelkabine mit einer anderen Teilnehmerin

