

## **25.-27. Mai 2018**

### **North U 2018 / 2 - Attersee – YST LM OÖ – auf eigenen Booten SSCS Helvetia Cup**

#### **Inhalte**

Jeder Regattasegler möchte gerne das Potential von Schiff und seiner Mannschaft ausschöpfen und erfolgreich segeln, sich weiterentwickeln und im besten Fall gewinnen. Regattasegeln ist ein komplexes Unterfangen: Trimm, Taktik, Boat Speed, Steuern, Regeln, Bootshandling, Crewarbeit.....aber bekanntlich ist eine gute Bootsgeschwindigkeit ein wesentlicher Schlüssel zum Erfolg.

Nicht immer sind dafür neue Segel notwendig, meistens gehören sie nur richtig eingestellt! Daher bieten wir ihnen die Möglichkeit mit Wissen und Praxis ihr Schiff und ihre Segel optimal einzustellen und das Erlernte sofort umzusetzen. Der Schwerpunkt der North Sails University liegt auf dem Segeltrimm. Durch die einzigartige Möglichkeit Training und Regatta zu kombinieren können außergewöhnlich hohe Lerneffekte innerhalb kurzer Zeit erzielt werden. Fragen, Wünsche und „Problemzonen“ jedes einzelnen Teilnehmers werden vorab besprochen und der Fokus bei den Segelaufnahmen danach ausgerichtet. Das neue und aufgefrischte Wissen über seine eigenen Segel und den eigenen Trimm ist sicher für die gesamte Segelsaison äußerst nützlich!

#### **Ablauf**

Ein strukturiertes, auf die individuellen Bedürfnisse und Wünsche der Teilnehmer abgestimmtes Programm hält die Balance zwischen theoretischem Input, eigener Umsetzung und direktem Feedback am Wasser. Das am Freitag im Vortrag erlernte Trimmwissen kann bei den Wettfahrten Samstag und Sonntag direkt in der Praxis angewandt werden. Die professionelle Dokumentation der schnellen Boote mit Hilfe von Fotos und Videos - sowie die Herausarbeitung der Unterschiede zu den weniger schnellen - erfolgt an beiden Tagen nach den Wettfahrten im Rahmen eines Debriefing.

## Programm

Freitag, 25. Mai um 18:00

Begrüßung und Überblick zur North Sails University mit  
Einführungsvortrag über Segeltrimm vom Trainerteam  
Aufnahme individueller Schwerpunkte der einzelnen Teilnehmer

Samstag, 26. Mai 2018 und

Sonntag, 27. Mai 2018

Beobachtung am Wasser bei den Wettfahrten mit der Möglichkeit  
des direktem Feedback nach dem Zieldurchgang  
Debrief mit Foto- und Videoanalyse im Anschluss an die Wettfahrten

Teilnahmebeitrag

€ 195,00 Skipper und Boot

€ 50,00 für jedes weitere Crewmitglied – maximal € 150,00  
(inklusive Trimmvortrag, Analyse der Wettfahrten, individuelle  
Betreuung und Dokumentation)

Bei weniger als 10 angemeldeten Personen können wir die Veranstaltung leider nicht durchführen – wir bitten um Verständnis.

## North Sails U.

Die North Sails U. wurde 1980 in den USA gegründet mit den klaren Zielen:

Segler zu Regattaseglern und Regattasegler zu Siegern zu entwickeln.

Sind sie in Österreich mit dem gleichen Zielen dabei und kontaktieren sie unser Trainerteam.

## Ihr Trainerteam

**Hans Spitzauer,**



Geschäftsführer North Sails Austria, Segelprofi, 5-facher  
Olympiateilnehmer, Weltmeister und Europameister

Hans Spitzauer: [hans.spitzauer@northsails.com](mailto:hans.spitzauer@northsails.com)

+43 664 546 87 69

**Alfred Pelinka,**



langjähriger National - und Olympiamannschaftstrainer (470er, 49er,  
Starboot, Tornado, Sonar, 2.4mR) und Trainer im Profi Circuit von TP52,  
RC44 und Melges32 – immer mit Schwerpunkt auf Dokumentation und  
Bereitstellung sowie Aufbereitung der Außensicht.

Alfred Pelinka: [alpe@gmx.at](mailto:alpe@gmx.at)

+43 676 8844 1266

Für Fragen zu Ablauf, Inhalt und Schwerpunkten stehen wir gerne auch persönlich im Vorfeld zu ihrer Verfügung.