

Wing-Foiling mit Swiss-Topcat

Erlebe die Attraktivität des Wing-Foilings!

Ralf Hartmann als erfahrener Trainer (VDWS Windsurf-, Wing- und Katamaran-Instruktor) steht Dir mit Rat und Tat persönlich zur Seite!

Individuelle Schulung und Betreuung mit maximal 2 Teilnehmern

Einsteiger Dauer Step 1 – 3 = je 1 Stunde

- Step 1** Wing-Handling an Land, pauschal CHF 100.— (1-2 Pers.)
- Step 2** Wing-Handling auf Windsurf-Schwertboard
- Step 3** Steuerung, Wende, Halse auf Windsurf-Schwertboard, mit MoBo

Aufsteiger Dauer Step 4 - 6 = je 1 Stunde

- Step 4** Foilboard-Technik, mit MoBo
- Step 5** Gleiten & Fliegen, mit MoBo
- Step 6** Flughöhenkontrolle, mit MoBo

Könner Dauer Step 7 & 8 nach Wunsch, minimum 1 Stunde

- Step 7** Kursrichtungen, mit MoBo
- Step 8** Slalomfahren, mit MoBo

Profi Dauer Step 9 – 11 nach Wunsch, minimum 1 Stunde

- Step 9** Halse (Toe-Side to Heel-Side), mit MoBo
- Step 10** Halse (Heel-Side to Toe-Side), mit MoBo
- Step 11** Fusswechsel, mit MoBo

Preise 2023

Instruktion, 1 TeilnehmerIn	CHF 100.-- / Stunde
Instruktion, 2 TeilnehmerInnen	CHF 130.-- / Stunde
Motorboot-Begleitung	CHF 35.-- / Stunde
Windsurf-Schwertboard	CHF 25.-- / Stunde
Foil-Board	CHF 35.-- / Stunde
Wing	CHF 30.-- / Stunde

Keine Vermietung ohne Schulung

Neopren, Schwimmweste, Neoprenschuhe und Helm bringen die Teilnehmer selber mit



Isabel & Ralf Hartmann, Via Tignuppa 36, CH-7014 Trin
www.swiss-topcat.com, info@swiss-topcat.com, Telefon +41 78 75 75 200

Beschreibung der einzelnen Steps

Einsteiger

- Step 1 Wing-Handling an Land**
- Aufbauen, Tragen, Deponieren und Wenden des Wings
 - Wing-Stellungen
 - Griff-Wechsel
 - Segelstellungen
 - fieren / dichtholen / neutralisieren
 - freidrehen (Rescue)
- Step 2 Wing-Handling auf Windsurf-Schwertboard**
- Vorbereitung / Wing-Stellung
 - Aufstehen
 - Board-Ausrichtung / drehen
 - starten / beschleunigen / stoppen
- Step 3 Steuerung, Wende, Halse auf Windsurf-Schwertboard**
- Steuerung an Land präzisieren
 - Wende und Halse am Simulator
 - Wende und Halse auf dem Board
 - Kursrichtungen
 - Self-Rescue

Aufsteiger

- Step 4 Foilboard-Technik**
- Knieposition (längs oder quer)
 - Fuss-Stellung
 - Aufstehen
 - Wasserlage des Boards
- Step 5 Gleiten & Fliegen**
- Beschleunigen
 - Wasserlage des Boards
 - Segelstellung
 - Kick-Off
- Step 6 Flughöhenkontrolle**
- Körperposition
 - Segelstellung

Könner

- Step 7 Kursrichtungen**
- Halbwind
 - Amwind
 - Raumwind
- Step 8 Slalomfahren**
- Anluven / Abfallen
 - kleine und grosse Radien

