

## Wassersport ist nasser Sport

Diese Weisheit öffnet die Frage nach der passenden Bekleidung. Die Antwort: Sie sollte bequem, wasserabweisend bis -dicht, strapazierfähig und wärmend sein! Das hört sich teuer an. Sicherlich können Sie viel Geld für die gute Bekleidung namhafter Hersteller ausgeben, dieses sollten Sie jedoch erst tun, wenn Sie sich sicher sind, dass Segeln auch Ihre Leidenschaft wird. Bis dahin sind die eigenen Bestände auseichend oder für wenig Geld in den Läden von Discountketten oder Kaffeeröstern zu erwerben.

Für die Zeit der Ausbildung sollten Sie, gerade im Frühjahr oder Herbst mehrere Schichten (Zwiebelprinzip), wenn vorhanden aus Microfaserstoffen, die äußerste Lage wasserabweisend oder -dicht, anziehen. Hier sind z.B. auch Fahrradregenjacken und -hosen geeignet.

Das Schuhwerk leidet immer, billige Turnschuhe oder "Chucks"-ähnliche sind geeignet, auch die Wasserschuhe aus Supermärkten oder Sportgeschäften sind geeignet, wenn sie fest am Fuß sitzen. Handschuhe sind sinnvoll, da eignen sich Fahrradhandschuhe nur bedingt, "echte" Segelhandschuhe gibt es ab ca. 12 Euro.

Alle Bekleidungsstücke sollten bequem sein, aber nicht zu weit, damit man nirgendwo hängen bleibt und Sie müssen immer mit Beschädigungen rechnen, da in der ersten Zeit die Bewegungen an Bord noch nicht so sicher sind und manchmal sehr plötzlich und unerwartet erfolgen.

Wenn es warm ist, sollte man sich nicht zu leicht bekleiden, lange oder 3/4-lange dünne Hosen schützen vor Sonnenbrand und Schürfverletzungen, Bermudas sind noch akzeptabel. All zu kurze Hosen oder gar Badebekleidung sind nicht angebracht, neben der Verletzungsgefahr werden die Wirkung von Sonne und Wind auf der Haut oft unterschätzt, so dass Sonnenbrände und auch Unterkühlungen durch Spritzwasser und Wind auch bei sommerlichen Temperaturen möglich sind. Eine Kopfbedeckung ist bei Sonne ebenfalls sehr sinnvoll!

Wenn Sie eine Brille benötigen oder mit Sonnenbrille segeln wollen, denken Sie an eine Sicherung. Brillenbändsel gibt es beim Optiker in verschiedenen Ausführungen und Preisklassen, die günstigen sind völlig ausreichend. Wenn Sie eine Sportbrille haben, nutzen Sie diese.

Vorhandene Neoprenanzüge können gern getragen werden, sollten aber durch übergezogene dünne Sportkleidung vor dem höheren Abrieb als beim Surfen geschützt werden.

...und immer eine komplette Wechselgarnitur dabei haben!!!

**Schwimmweste ist Pflicht!** Vom Verein bekommen Sie ohnmachtssichere Feststoffwesten gestellt, die wir in mehreren Größen und Gewichtsklassen haben. Eigene Westen dürfen Sie auch tragen, Automatikwesten sind fürs Jollensegeln ungeeignet.

...und noch ein Hinweis, der nicht direkt mit der Ausrüstung zusammen hängt: **Der Skipper hat das Sagen!** Während der Ausbildung ist der Skipper nicht zwangsläufig mit an Bord, sondern steht als Ausbilder am Ufer oder auf einem anderen Boot, aber er/sie hat trotzdem das Sagen! Zu Ihrer Sicherheit!