

Die Segelflugkommission Schleswig-Holstein lädt ein zum

## **Streckenflug-Seminar**

**„Wie? - Womit? - Warum? - Aus der Thermik übers Land“**

**Für interessierte Scheininhaber mit wenig Erfahrung und 50-km-Aspiranten**

Am Sonntag, den 21. Februar 2010 im Wikingerhof in Kropp

<http://www.wikingerhof.de>

Beginn 10.00 Uhr

(voraussichtliches Ende spätestens 17.00 Uhr)

Folgende Themen haben wir für Euch in Planung:

- 1. Kurze Einführung durch zwei junge Segelflugpiloten** (Alexander Dodel, Markus Lenthin)
- 2. Flugvorbereitung und Durchführung** (Elke Fuglsang-Petersen)  
*Flugrouten planen, Trainingsstand, Kartenvorbereitung, Instrumente verstehen, was braucht man beim Flug, Rückholen, etc.*
- 3. Wetter zum Segelfliegen** (Björn Pauschardt)  
*Wetterinformationen, welche und woher? Welche meteorologischen Möglichkeiten bietet mir Schleswig-Holstein?*

Mittagspause

- 4. Psychologie beim Streckenflug** (Jürgen Kopp-Stache)  
*kleine Schritte führen zum Ziel, mein innerer Schweinehund und ich, mentale Vorbereitung*
- 5. Silber-C & Co. - Leistungsnachweise und Abzeichen im Segelflugsport** (Howard Mills)
- 6. Außenlanden gehört dazu!** (Rainer Looft)

In der Mittagspause wird es ein Essen geben, das aus SeKo-Mitteln bezahlt wird.

Wir freuen uns mit Euch auf spannende Themen, Motivation für eine neue Saison und auf Euer zahlreiches Erscheinen!

Elke Fuglsang-Petersen  
(für die SeKo Schleswig-Holstein)

**Verbindliche Anmeldung bitte bis zum 14.2.2010 an [e.fuglsang-petersen@gmx.de](mailto:e.fuglsang-petersen@gmx.de) oder telefonisch (0481-8561020).**