

# Gleitschirm-Sicherheitstraining

## Inhalt

Didaktische und methodische Planung .....	1
Aufgabenstellung und allgemeines Lernziel.....	1
Lernereigenschaften.....	1
Unterrichtsinhalt .....	1
Unterrichtsphasen und zeitlicher Ablauf.....	2
Methoden, Materialien und Medien.....	2
Lehrpersonal.....	2
Kontrolle des Lernerfolges .....	3
Lernziele .....	3
Stundenplan .....	4

## Didaktische und methodische Planung

### Aufgabenstellung und allgemeines Lernziel

Der Pilot<sup>1</sup> soll das Können und Wissen erwerben, sein Fluggerät in turbulenten Flugbedingungen sicher zu kontrollieren und Kappenstörungen schnell und gezielt zu beheben. Die Beherrschung aller Abstieghilfen ist ein weiteres Trainingsziel.

### Lernereigenschaften

Alle Teilnehmer müssen ausgebildete und geprüfte Gleitschirmpiloten sein. Die Mindestvoraussetzung ist der *Beschränkte Luftfahrerschein für Gleitsegelführer*.

### Unterrichtsinhalt

Der Unterrichtsinhalt eines vom Deutschen Hängegleiterverbandes e.V.(DHV )-anerkannten Sicherheitstrainings für Gleitschirmpiloten wird durch ein gleichnamiges Dokument vorgegeben, das dem Antrag beigefügt ist.

Die Ausbildung umfasst:

#### Theorie

- Umfassende Einweisung in die unter Praxisausbildung beschriebenen Flugmanöver.
- Gefahreneinweisung in die Manöver und Gefahrensituationen: Fullstall, Trudeln,

---

<sup>1</sup> Es sind stets Personen männlichen und weiblichen Geschlechts gleichermaßen gemeint; aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird im Folgenden nur die männliche Form verwendet.

- Verhänger, Sackflug, stabile Steilspirale, stabiles Trudeln, Rettungsschirmauslösung, Wasserlandung.
- Einweisung in das Fluggelände und die besonderen Gefahren (Schiffahrt, Hindernisse, Abdrift, Windsystem, Höhenabschätzung) des Fliegens über der Wasserfläche.

#### Praxis

- Flugmanöver, die je nach Pilotenkönnen und Pilotenwunsch trainiert werden können
- Flugtechnische Übungen
  - Flüge zur Überprüfung des praktischen Flugkönnens der Teilnehmer
  - Pendeln um die Querachse (Nicken), schnell stabilisieren
  - Pendeln um die Längsachse (Rollen), schnell stabilisieren
  - Schnelle Acht
- Abstieghilfen
  - Ohrenanlegen mit und ohne Beschleunigereinsatz, Kurvenflug mit Gewichtssteuerung
  - B-Leinen-Stall
  - Ansatz Steilspirale
  - Steilspirale
- Einklapper
  - Seitliches Einklappen stufenweise bis 70%; Einleiten, stabilisieren, ausleiten
  - Frontales Einklappen
- Extremflugzustände
  - Trudeln
  - Stallpunkt
  - Fullstall
- Auslösung des Rettungsgerätes

#### Unterrichtsphasen und zeitlicher Ablauf

Das DHV- anerkannte Sicherheitstraining ist als Kurs über fünf Tage aufgebaut. Das Training der Flugmanöver orientiert sich am individuellen Könnensstand des jeweiligen Kursteilnehmers.

Die Theorieeinweisung erfolgt vor den praktischen Übungen. Es dürfen keine Übungen erfolgen werden, die nicht vorher besprochen worden sind. Weiterhin geht den praktischen Übungen eine Kontrolle der Flugausrüstung der Teilnehmer voraus.

Weitere Details zum Ablauf des Kurses können dem Stundenplan entnommen werden.

#### Methoden, Materialien und Medien

Die praktische Ausbildung erfolgt im Einzelunterricht. Der Flugschüler wird bei der Vorbereitung des Fluges, während des Starts und in der Abflugphase von einem Fluglehrer am Startplatz überwacht und – soweit nötig – angeleitet. Der gesamte restliche Flug wird von einem Fluglehrer am Landeplatz betreut. Er gibt die notwendigen Anweisungen und Feedback über eine Funkverbindung. Alle Manöver werden gefilmt und mit modernen Mitteln der Videoanalyse besprochen.

Die Einweisung in die Manöver erfolgt, je nach Bedarf, im Einzel oder Frontalunterricht.- Dabei werden Videos der Flugmanöver gezeigt. Zusätzlich werden die Manöver in einem Simulator demonstriert. Den Teilnehmern wird ausreichend Gelegenheit gegeben, die Flugmanöver, unter Anleitung eines Fluglehrers im Simulator durchzuspielen.

#### Lehrpersonal

Der verantwortliche Kursleiter hat die Qualifikation "DHV-Sicherheitstrainer".

Der Startleiter hat die Qualifikation Gleitsegellehrer, ersatzweise: unbeschränkter. Luftfahrerschein, schriftlicher Nachweis über mindestens 14 Tage Praktikum als Startleiter im Sicherheitstraining unter Anleitung eines Gleitsegellehrers, Teilnahmezertifikat, das ein erfolgreiches Absolvieren eines anerkannten Sicherheitstrainings bestätigt.

### Kontrolle des Lernerfolges

Die Flugmanöver jedes Teilnehmers werden schriftlich dokumentiert vom Kursleiter beurteilt und archiviert. Während des Fluges und bei der Videoanalyse erhält der Pilot Feedback.

Das Sicherheitstraining gilt als "mit Erfolg absolviert", wenn der Teilnehmer bei den Flugmanövern: Geschwindigkeitsbereiche erfliegen, Nicken, Rollen, Ohrenanlegen, B-Stall, Steilspirale, seitliches Einklappen, frontales Einklappen, Stallpunkt und Trudelansatz mindestens durchschnittliches Können gezeigt hat.

Der Teilnehmer erhält dann ein Zertifikat über die erfolgreiche Teilnahme an einem DHV- anerkannten Sicherheitstraining.

### Lernziele

Das Sicherheitstraining ermöglicht es, sich unter fachkundiger Anleitung an Extremflugmanöver heranzutasten. Ein auf jeden Teilnehmer individuell abgestimmter Trainingsplan führt Schritt für Schritt zu einer besseren Flugtechnik und mehr Sicherheit beim Gleitschirmfliegen.

Inhalte:

- K-Prüfung
- Theorieunterricht
- Ohren anlegen
- Nicken
- Rollen
- B-Stall
- Spirale
- Klapper
- Frontstall
- Fullstall
- Trudeln
- SAT
- Sackflug/ Flyback
- Helicopter

inkl. Videoanalyse

Darüber hinaus werden Kompetenzen vermittelt, die im Beruf von Bedeutung sind und die die persönlichen Kompetenzen erweitern:

- Grenzen ausloten
- Ängste überwinden
- Neue Herausforderungen bewältigen
- Selbstvertrauen und mentale Stärke gewinnen
- In stressigen Situationen einen kühlen Kopf zu bewahren
- Sich Wesentliche konzentrieren
- Entscheidungen treffen und umsetzen

Kaum eine andere Sportart bietet die Möglichkeit, diese Grenzerfahrungen zu machen. Die Umgebung des Lac d'Annecy hilft dabei sich seiner selbst bewußt zu werden und stärkt die Konzentration und Achtsamkeit, fernab von der Hektik in Alltag und Beruf.

## Stundenplan

Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
13:00 – 13:45 Eröffnung	08:30 Briefing (Wetter)	08:30 Briefing (Wetter)	08:30 Briefing (Wetter)	08:30 Briefing (Wetter)	08:30 Briefing (Wetter)
14:00 – 15:45 Sicherheitseinweisung - Fluggelände - besonderen örtlichen Gefahren - Fluggefahren (Verhänger, Sackflug, stabile Steilspirale, stabiles Trudeln, Rettungsschirmauslösung) - Funk - Funkausfall Schwimmwesten Wasserlandung	Flugtraining: 08:00 Auffahrt Gruppe 1 09:00 Auffahrt Gruppe 2 10:00 Auffahrt Gruppe 1 11:00 Auffahrt Gruppe 2  12:00 - 1300 Mittagspause  13:00 – 14:30 Videoanalyse  17:00 – 17:45 Besprechung der Flugmanöver Abstiegshilfen; Ohrenanlegen, B-Stall, Steilspirale	Flugtraining: 08:00 Auffahrt Gruppe 2 09:00 Auffahrt Gruppe 1 10:00 Auffahrt Gruppe 2 11:00 Auffahrt Gruppe 1  12:00 - 1300 Mittagspause  13:00 – 14:30 Videoanalyse  17:00 – 17:45 Besprechung der Flugmanöver Einklappmanöver; seitliches Einklappen mit und ohne Stabilisierung des Gleitschirmes aus Trimmflug und beschleunigtem Flug, frontales Einklappen aus Trimmflug und beschleunigtem Flug	Flugtraining: 08:00 Auffahrt Gruppe 1 09:00 Auffahrt Gruppe 2 10:00 Auffahrt Gruppe 1 11:00 Auffahrt Gruppe 2  12:00 - 1300 Mittagspause  13:00 – 14:30 Videoanalyse  17:00 – 17:45 Besprechung der Flugmanöver Strömungsabriss (im Ansatz und vollständig); Trudelansatz, Trudeln Stallpunkt, Fullstall	Flugtraining: 08:00 Auffahrt Gruppe 2 09:00 Auffahrt Gruppe 1 10:00 Auffahrt Gruppe 2 11:00 Auffahrt Gruppe 1  12:00 - 1300 Mittagspause  13:00 – 14:30 Videoanalyse  17:00 – 17:45 Besprechung der Flugmanöver SAT-Spirale, Hot-Sport-Spirale, Retterwurf	Flugtraining: 08:00 Auffahrt Gruppe 1 09:00 Auffahrt Gruppe 2 10:00 Auffahrt Gruppe 1 11:00 Auffahrt Gruppe 2  12:00 – 13:00 Mittagspause  13:00 – 13:45 Videoanalyse  14:00 – 15:00 Abschlussbesprechung, Individuelle Leistungsbesprechung und Übergabe der Zertifikate
16:00 – 16:45 Kompatibilitätsprobe und Rettungsgeräteeinweisung					
17:00 – 19:00 Eingewöhnungsflug					
19:15 – 21:00 Besprechung der Flugmanöver Flugtechnische Übungen; Geschwindigkeitsbereiche erfliegen, Nicken, Rollen, verschiedene Kurvenmanöver, Einleitphase Steilspirale					