



*SFG - Hohenems*

[www.sfg-hohenems.com](http://www.sfg-hohenems.com)

# Start in die neue Saison

Leitfaden für sicheres  
Segelfliegen zu Saisonbeginn

# Das größte Risiko ist das nicht Erkannte!

Die häufigsten Unfallursachen sind:

Unkontrollierte  
Flugzustände

Unfälle bei  
Start und Landung

Zusammenstoß  
in der Luft

# Risikovermeidung

- Gut gewartetes Flugzeug
- Persönliche Einstellung zum Risiko
- Gute körperliche und geistige Verfassung
- Gute Flugvorbereitung
- Geistiges „Trockentraining“

# Gut gewartete Flugzeuge

- Flugzeug sollte in einwandfreiem Zustand sein.
- Flughandbuch lesen
- Mit Technik vertraut machen
- Besondere Achtsamkeit beim Aufrüsten & Hangarieren
- Checklisten verwenden!

# Persönliche Einstellung zum Risiko

- Unternimm alles um unnötiges Risiko zu vermeiden! Die Frage muss nicht lauten ob etwas zu gefährlich ist, sondern welchen Grund es gibt von 100%iger Sicherheit abzuweichen.

# Körperliche Verfassung

- Na, wie steht's denn mit der körperlichen Fitness im Frühling?
- Regelmäßige Bewegung und gesunde Ernährung tragen maßgeblich zur Gesundheit und somit zur Flugsicherheit bei!

# Geistige Verfassung

- Oft Getanes ist schnell abrufbar, weniger oft Praktiziertes verschwindet langsam und man muss es wieder hervorkramen.
- Wer sich geistig auf seinen Flug vorbereitet hat während des Fliegens mehr Zeit sich auf das Wesentliche zu konzentrieren!
- Gehe zu Saison beginn die Dinge etwas gemächlicher an!
- Mach Deinen Kopf vor dem Start frei für's Fliegen!

# Flugvorbereitung

- Weiß ich noch wie man die Instrumente richtig bedient?
- Ist mein Kartenmaterial noch aktuell?
- Checkliste mit Frequenzen, für Rechner,...
- Ist mein Fliegerkoffer komplett?



# Geistiges Trockentraining

- Wie ist der Ablauf vom Aufrüsten bis zum Abbauen? Dazu Gruppenarbeit!
- Aufrüsten, Startvorbereitung, Start, Schlepp, Flugzustände: Trudeln, richtige Geschwindigkeiten, Richtige Luftraumbeobachtung, Fliegen am Hang, Gefahren bei Wind, Streckenauswahl, Notausstieg, Außenlandung, Landung, Abrüsten

Viel Spaß und  
sichere Landungen!