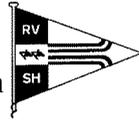


Basisliste Riemen



Name: Bb Stb

Datum: Boot:

Auswerter: Ort:

Außenhand am Riemenende



Ja Nein

Innenhand und Außenhand: etwa 2 Handbreiten dazwischen



Ja Nein

Durchzug: Handgelenke gerade



Ja Nein

Vorlage: Oberkörper eingedreht



Ja Nein

Endzug: Oberkörper über Bootslängsachse



Ja Nein

Blattoberkante im Durchzug gerade unter Wasser



Ja Nein

Vorlage



Endzug: Rücklagewinkel zwischen 15 und 20 Grad



Ja Nein

Vorführen: Rücken sofort in die Vorlage

Durchzug: Hände im Bereich der Knie – Armzug beginnt



Ja Nein

Ja Nein

Vielen Dank an Thomas Affeldt, Mark Amort, Lars Koltermann, Christian Müller, Hauke Hinz und alle anderen, die diese Checkliste mitentwickelt haben!

Gib einem Hungernden ein Fisch und er ist einen Tag satt, zeige ihm, wie man Fische fängt, und er kann ein Leben lang satt sein! (alte Weisheit)