

# Segeln: Lernen in Windeseile

Im Zusammenspiel mit den Naturgewalten Wind und Wasser ist beim Segeln ein achtsamer Umgang wichtig. Mit einer guten Planung und konzentriertem Vorgehen steht dem unbeschreiblichen Gefühl beim Gleiten über das Wasser nichts mehr im Wege.

Wasser ist für die meisten Kinder gewöhnungsbedürftig, was entsprechend berücksichtigt werden muss. Da die Kinder im Opti auf dem Wasser auf sich selbst angewiesen sind, ist eine gute Vorbereitung an Land Bedingung.

Ab den ersten Lektionen gilt es, sich gegenseitig zu helfen und zu unterstützen.



→ [Einführungslektionen «J+S-Kids»](#)

---



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**