

CHECKLISTE VOR DEM TRAINING

Stelle sicher, dass ALLE diese Aussagen unten mit dem Wort "richtig" beantwortet werden können. Bitte führe die notwendigen Vorbereitungen mit deiner Ausrüstung durch, BEVOR du zum Allgemeinen Briefing ankommst. Informiere der Trainingsleiter so früh wie möglich über alle Spezialitäten.

- ☐ Ich habe das Skript gelesen und es zu 100% verstanden. Ich habe meine Fragen notiert, um sie im Rahmen des allgemeinen Briefings diskutieren zu können.
- ☐ Ich habe meine Ziele für das Training gesetzt.
- ☐ Ich weiss Schritt für Schritt, wie ich alle Manöver, die ich während des Trainings durchführen werde, fliegen kann.
- ☐ Ich weiss genau, wie ich auf jede Störung, Klapper oder Notsituation reagieren muss.
- ☐ Ich kenne alle Informationen und Besonderheiten, die im Handbuch meines Gleitschirms über Abstiegs- oder extreme Flugmanöver oder Situationen stehen.
- ☐ Meine Gleitschirmausrüstung ist flugfähig, und jedes Teil (Gleitschirm, Gurtzeug, Notschirm) hat ein Gütesiegel. (Ausnahme für einige Akro-Gleitschirme.)
- ☐ Alle notwendigen Wartungsarbeiten an meiner Ausrüstung wurden durchgeführt (Jahrescheck in den letzten 24 Monaten, Rettungsschirm in den letzten 12 Monaten neu gepackt).
- ☐ Mein Rettungsschirm ist nicht älter, als die vom Hersteller bestätigte Lebensdauer (10-12 Jahre) und ist korrekt in meinem Gurtzeug eingebaut. (Kompatibilitätsprüfung)
- ☐ Mein Gurtzeug ist richtig eingerichtet.
- ☐ Ich weiss, wo mein Rettungsriff ist und wie ich mein Rettungssystem aktivieren kann.
- ☐ Ich habe alle elektronischen Sachen aus meiner Ausrüstung entfernt, die nicht wasserdicht sind.
- ☐ Ich fliege im zulässigen Gewichtsbereich meines Gleitschirms.
- ☐ Ich weiss genau, wo ich die 'stabilo' Leine meines Gleitschirms finde, welche Farbe sie hat, so dass ich sie zum Öffnen eines "Verhängers" (ein Klapper, der feststeckt) auf dem Gleitschirm verwenden kann.
- ☐ Ich habe die Länge meiner Bremsleinen nicht geändert. Oder wenn ja, habe ich den Trainingsleiter informiert.
- ☐ Ich weiss, wie ich meine Bremsgriffe halte und dass ich noch eine freie Länge der Bremsleine zur Verfügung habe. Achtung: Eine zu kurze Einstellung oder ein ungünstiges Bremsenhalten kann zu Notsituationen führen oder den Einsatz der Notschirm erschweren oder unmöglich machen.
- ☐ Ich bin körperlich und psychisch fit für das Training.
- ☐ Ich habe den Trainingsleiter über jede Spezialität informiert, die ich habe. (z.B.: ein Arm schwächer, kann nicht schwimmen, Sehstörungen...)
- ☐ Ich habe eine gültige Haftpflichtversicherung.
- ☐ Ich habe geeignete Handschuhe für Gleitschirmfliegen.

VORNAME, NAME: _____

UNTERSCHRIFT: _____

DATUM: _____