



# INFORMATION

## Start-Einweisung Wakeboard-Beginner

1. Linke **Anstellspur** benutzen, Lift-Ticket an der Scanner-Säule **einscannen**.
  - **Hantel** von Liftpersonal übernehmen (Nie selbst nehmen!)
2. **Start-Position:**
  - Vorderes Bein (linkes oder rechtes) vor der Scanner-Säule.
  - Board geradeaus in Fahrtrichtung positionieren.
3. **Start-Haltung:**
  - In die Knie gehen und kleiner machen (Körperschwerpunkt tief).
  - Gewicht 40 % auf den vorderen und 60 % auf den hinteren Fuß geben.
  - Die Hantel seitlich neben der Hüfte, in einem 90°-Winkel zum Board halten.
  - Die Arme anwinkeln und am Körper anlegen.
  - Körperspannung halten, bis du auf dem Wasser bist!
4. **Start:**
  - Die **Ampel** am Motormast beobachten:  
Schaltet die Ampel auf Grün, zieht dich der nächste Mitnehmer aufs Wasser, sobald er um die Rolle fährt!
  - Start-Haltung beibehalten und ohne zu steuern aufs Wasser ziehen lassen.
  - Erst am Wasser langsam etwas aufrichten und Arme locker halten.
5. **Fehler Start:**
  - Dein Blick ist nicht auf die Ampel und den Mitnehmer gerichtet.
  - Dein Gewicht ist mehr am vorderen Bein.
  - Du hältst deine Arme hoch und gestreckt.
  - Du stehst zu aufrecht und dein Körperschwerpunkt ist zu hoch.
  - Du hältst die Hantel nicht seitlich, sondern vor oder ziehst sie vor die Hüfte.
  - Du hältst nicht dagegen, wenn du aufs Wasser gezogen wirst.
  - Du bleibst nicht stehen und setzt dich ins Wasser.
6. **Fahrhaltung:**
  - Brettspitze in Fahrtrichtung halten.
  - Gewicht gleichmäßig auf beide Beine verteilen.
  - Entspannte Körper- und Armhaltung.

Bei Fragen oder Unklarheiten wende dich bitte an einen Ausee Cable Mitarbeiter!



HOHENLOHE AUSEE | SOMMERSPORT- UND ERHOLUNGSGELÄNDE

Büro: Alter Schmiedberg 2, 4470 Enns, Austria

M. [shop@ausee.at](mailto:shop@ausee.at) T. +43 664 40 35 965 W. [www.ausee-cable.at](http://www.ausee-cable.at)

 join us on facebook  
[www.facebook.com/cable.ausee](http://www.facebook.com/cable.ausee)