

Inhalt

Vorwort von Theodor Hellbrügge	9
Einleitung	11
Allgemeine Tips für alle, die am Wasserspaß mit Brett und Segel teilhaben	13
Keine Angst vor dem Wasser, denn da gibt es ja das Brett	17
Wasserspielzeuge und Hilfen	19
Gewöhnung an das Brett und an das nasse Element mit einfachen Übungen	22
Sicherheitsregeln gelten auch für Kinder	27
Koordination und Bewegung	29
Balancieren und Springen	38
Wahrnehmen, beobachten, erkennen und vergleichen – oder: Spaß mit einem Partner	44
Spiele mit dem Brett und einigen anderen Wasserspielzeugen	49
Lustige Spiele mit Brett und Ball	53
Das Brett ist die ideale Ausgangsbasis zum Tummeln und Tauchen im Wasser	55
Abwechslung durch eigene Einfälle	56
Und noch jede Menge Spiele mit Brett und Segel und anderen Wasserspielzeugen	58
Zusammenspielen	58
Tore und Treffer	60
Kunststücke	60
Blubberspiele	61
Tauchspiele	61
Sprünge	62
Lustige Spiele zwischendurch	66
Ballspiele einmal anders	68
Wettkämpfe	70
Spaß mit der ganzen Familie	72

Seemannsknoten 78

Kleines ABC für Windsurfer 80

Mein erstes Bretterlebnis 84

Phantasiebretter und -segel 86

Umweltschutz 88

Ein kleines Umweltspiel für den umweltfreundlichen und naturschützenden Surfer 91

Erste Hilfe 92

Checkliste für ein Surfwochenende oder einen Surfurlaub mit Kindern 96

Ärztliche Ratschläge, um den Einstieg in das Kinderwindsurfen zu erleichtern 98