

September 2022

www.surf-magazin.de

surf

DE 4,00 EUR
AT 4,70 EUR
CH 5,40 CHF

surf

WORLD CUP POZO

Imposante Flugshow – Daida Moreno und Philip Köster triumphieren

SPOT GUIDE PELJEŠAC

Neue Brücke erschließt Genuss-Revier für Freerider und Familien

FREESTYLE FAHRTECHNIK

Jetzt geht's rund – der 360er ist der Einstieg ins Foilstyling



DAS MONSTER ERWACHT

Die größten Wellen seit Jahrzehnten trafen die Südküste Mauis. Ein gefundenes Fressen für die besten Big-Wave-Surfer der Welt

FLOTTER FLIEGEN

TEST – sportliche Foils. Schnell heißt nicht gleich schwierig. Im Test zeigen 14 Foils ihr Potenzial. Tipps für den perfekten Trimm





Kreise drehen
gelingt mit einem Foil
absolut schwerelos –
und ist gar nicht so
schwer zu lernen.



W

iderstandslos auf der Umlaufbahn. Kreise drehen, lautlos und möglichst effizient – ohne dabei viel Geschwindigkeit zu verlieren und Kraft einzusetzen. Magie? Nein! Mit der richtigen Technik klappt das auf dem Foil tatsächlich. Was in einer surf-Ausgabe von 1985 noch als „sinnlosestes Manöver des Jahres“ und als „nicht elegant, nicht einfach, nicht flüssig, eher überflüssig“ betitelt wurde, ist heutzutage auf dem Foil eine ganz andere Geschichte. Auch wenn man sich natürlich nicht vollständig widerstandslos bewegt, verdrängt man auf dem Foil jedoch wesentlich weniger Wasser. Mit einem passenden Flügel gleitet man auch ohne Druck im Segel noch ein ganzes Stück weiter – und man kann im Vergleich zum Windsurfen auf der Finne problemlos den toten Punkt beim Ausleiten des Kreisels überwinden, dichtholen und weiterfliegen. Das macht richtig Spaß und fühlt sich flüssig und elegant an.

Damit wird klar: Foilstyle ist nicht nur etwas für Freaks wie Balz Müller. Jeder, der sicher geradeaus fliegen kann, erste Halsen dreht und bestenfalls vom normalen Windsurfen mit der Segelsteuerung in Backfahrt vertraut ist, kann anfangen, Kreise zu drehen. Welche Knackpunkte speziell beim Downwind-360er zu beachten sind, um die Flugphase während des gesamten Manövers zu halten und somit die Magie des Foilens auch wirklich zum Ausdruck bringen zu können, zeigen wir euch hier – im letzten Teil unserer aktuellen Serie. Und für diejenigen, die weitere Herausforderungen suchen, haben wir Varianten im Angebot: Zum Beispiel den einhändigen Foil-360er oder den Switch Kono, den man ebenfalls auf Basis des 360ers lernen kann. Spätestens damit stoßt ihr dann in die Sphären eines Balz Müllers vor. Und das Beste daran: Durch jede neu erlernte Bewegung und nach jedem neuen Trick öffnen sich eine ganze Reihe weiterer Türen – hoch zur nächsten Stufe auf der Trickleiter. Und auf dieser kann man dann verschiedenste Abzweigungen wählen, je nachdem worauf man gerade Lust hat – und was einem so liegt. Das ist Freiheit, das ist Freestyle! Äh, Foilstyle! Viel Spaß beim Tricksen.

Umlaufbahn

In Teil drei unserer aktuellen Freestyle-Serie geht's ab aufs Foil – und direkt auf die Umlaufbahn. Wir wollen ja schließlich auch schon bei zwölf Knoten freestylen und nicht bloß am Strand sitzen. Liebevoll Foilstyle genannt, das bereits im absoluten Leichtwind so manches Trickser-Herz höher schlagen lässt. Wir zeigen euch wichtige Basics für den Einstieg.

FOTOS: CHRIS HAFER TEXT: JULIAN WIEMAR

Material-Setup

Ein kompaktes Foilboard mit Mittelschlaufe (hinten) in Kombination mit einem Low-Aspect Cruiser Foil bietet sich ideal zum Lernen von 360ern an. Diese Art von Foils generieren bei einer Frontflügel-Fläche um die 1300 cm² bei relativ wenig Speed trotzdem viel Auftrieb. Perfekt also, um einen 360er während der Ausleitung am langsamsten Punkt durchzugleiten. Mit schmalere Flügel (High-Aspect), die zwar einen höheren Toppespeed erreichen, aber dafür generell weniger Auftrieb bieten, verlangt so ein durchgeflogener 360er schon einiges an Übung, Erfahrung und vor allem Zehenspitzengefühl. Wenn möglich daher lieber zum Cruiser-Foil greifen.

Ein spezielles Foil-Segel ist zu Beginn nicht unbedingt notwendig. Die Windrange eines konventionellen Freestyle-Segels ist etwas größer. Dieses kann man dann zum Foilstylen gerne etwas bauchiger als gewöhnlich trimmen und wirklich so gut

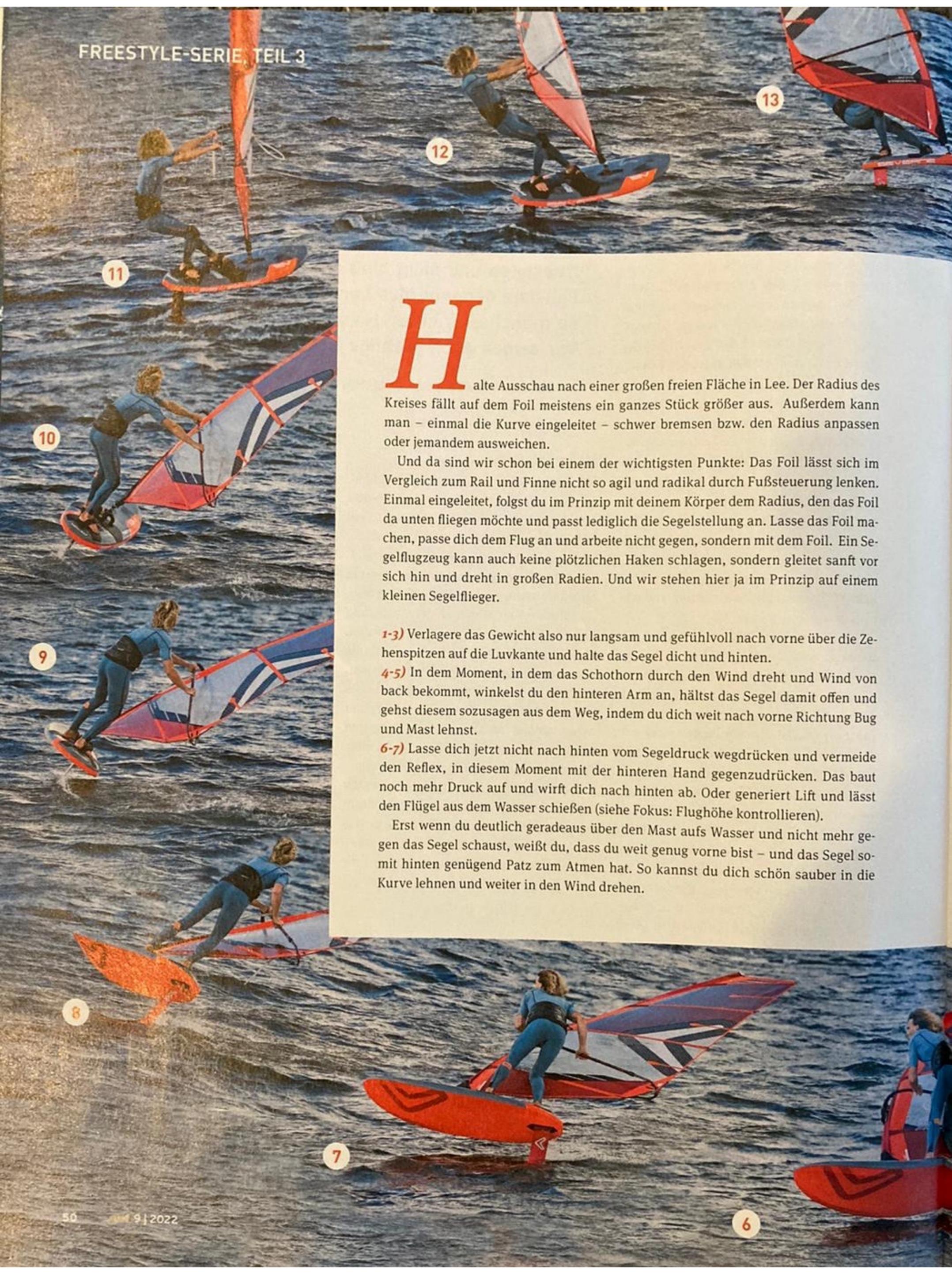
wie gar kein Loose Leech reinziehen: Loose Leech ist beim Foilen generell störend und auch nicht nötig, da man auf dem Foil bei Leichtwind weniger Gesamtdruck im Segel hat und ein aktives Twisten das Achterlieks gar nicht sinnvoll wäre.

Während ein normales Freestyle- bzw. Freemove-Segel zum Tricksen auf dem Foil bei ausreichendem Wind also keine großen Nachteile aufweist, kann ein spezielles Foil-Segel im absoluten Leichtwind doch noch etwas mehr: Diese sind meistens nochmals leichter (unverstärkt) und voll und ganz auf maximalen Vortrieb ausgelegt – und lassen sich in der leichtesten Brise anpumpen. Dafür ist man in einer strammeren Böe aber auch mal schnell überpowert und könnte schnell eine Nummer kleiner aufrigen, um den Lift wieder besser unter Kontrolle zu kriegen.

Im Folgenden zeigen wir euch, wie ihr zum ersten Rundflug ansetzt. Viel Spaß dabei!

Der 360er ist ein Klassiker – Mickey Eskimo zelebrierte ihn bereits 1985. Das Foil erlaubt 360er ohne Speed-Verlust.





Halte Ausschau nach einer großen freien Fläche in Lee. Der Radius des Kreises fällt auf dem Foil meistens ein ganzes Stück größer aus. Außerdem kann man – einmal die Kurve eingeleitet – schwer bremsen bzw. den Radius anpassen oder jemandem ausweichen.

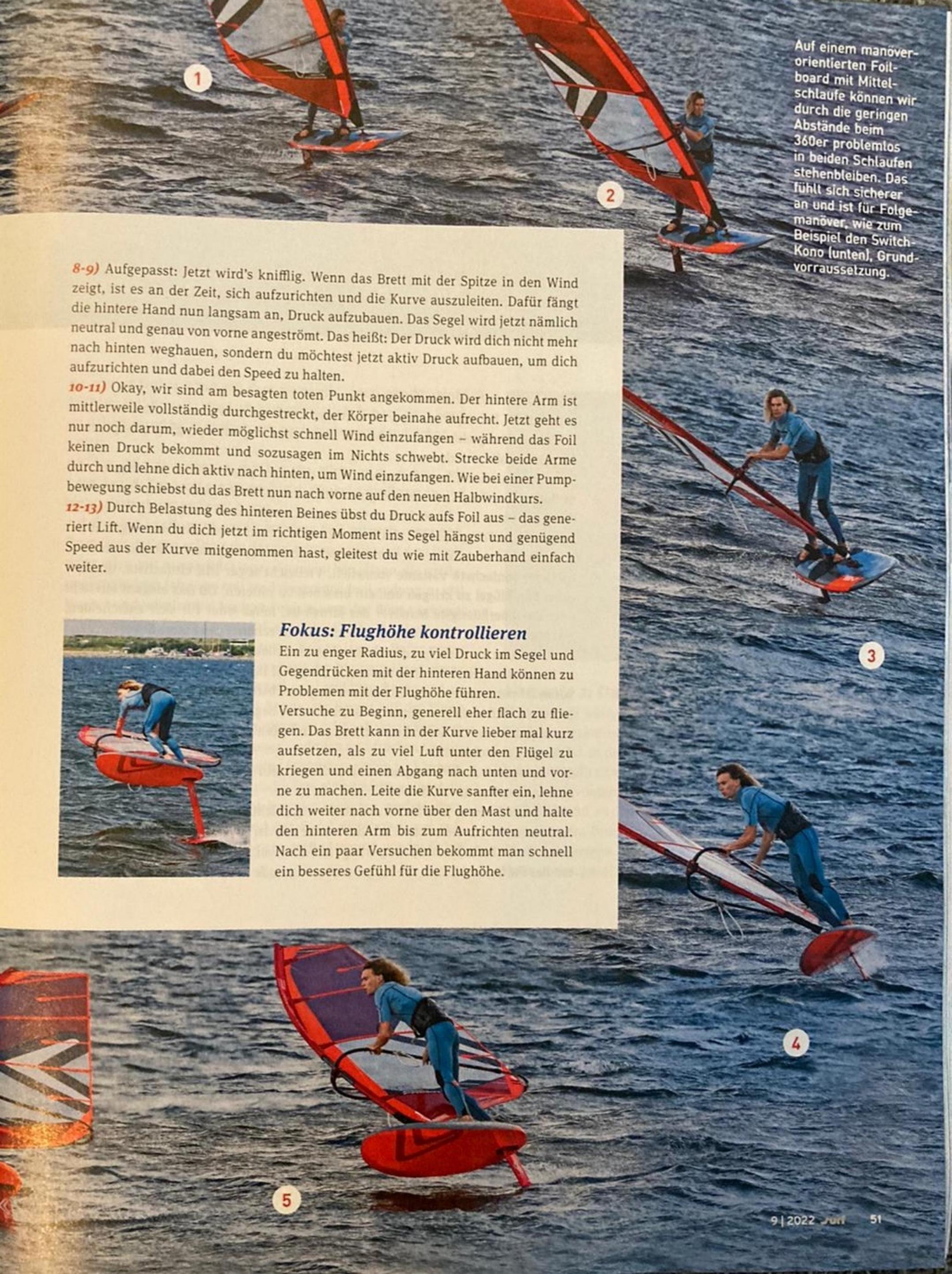
Und da sind wir schon bei einem der wichtigsten Punkte: Das Foil lässt sich im Vergleich zum Rail und Finne nicht so agil und radikal durch Fußsteuerung lenken. Einmal eingeleitet, folgst du im Prinzip mit deinem Körper dem Radius, den das Foil da unten fliegen möchte und passt lediglich die Segelstellung an. Lasse das Foil machen, passe dich dem Flug an und arbeite nicht gegen, sondern mit dem Foil. Ein Segelflugzeug kann auch keine plötzlichen Haken schlagen, sondern gleitet sanft vor sich hin und dreht in großen Radien. Und wir stehen hier ja im Prinzip auf einem kleinen Segelflieger.

1-3) Verlagere das Gewicht also nur langsam und gefühlvoll nach vorne über die Zehenspitzen auf die Luvkante und halte das Segel dicht und hinten.

4-5) In dem Moment, in dem das Schothorn durch den Wind dreht und Wind von back bekommt, winkelst du den hinteren Arm an, hältst das Segel damit offen und gehst diesem sozusagen aus dem Weg, indem du dich weit nach vorne Richtung Bug und Mast lehnst.

6-7) Lasse dich jetzt nicht nach hinten vom Segeldruck wegdrücken und vermeide den Reflex, in diesem Moment mit der hinteren Hand gegenzudrücken. Das baut noch mehr Druck auf und wirft dich nach hinten ab. Oder generiert Lift und lässt den Flügel aus dem Wasser schießen (siehe Fokus: Flughöhe kontrollieren).

Erst wenn du deutlich geradeaus über den Mast aufs Wasser und nicht mehr gegen das Segel schaust, weißt du, dass du weit genug vorne bist – und das Segel somit hinten genügend Patz zum Atmen hat. So kannst du dich schön sauber in die Kurve lehnen und weiter in den Wind drehen.



Auf einem manöverorientierten Foilboard mit Mittelschleife können wir durch die geringen Abstände beim 360er problemlos in beiden Schleifen stehenbleiben. Das fühlt sich sicherer an und ist für Folge manöver, wie zum Beispiel den Switch-Kono (unten), Grundvoraussetzung.

1

2

8-9) Aufgepasst: Jetzt wird's knifflig. Wenn das Brett mit der Spitze in den Wind zeigt, ist es an der Zeit, sich aufzurichten und die Kurve auszuleiten. Dafür fängt die hintere Hand nun langsam an, Druck aufzubauen. Das Segel wird jetzt nämlich neutral und genau von vorne angeströmt. Das heißt: Der Druck wird dich nicht mehr nach hinten weghauen, sondern du möchtest jetzt aktiv Druck aufbauen, um dich aufzurichten und dabei den Speed zu halten.

10-11) Okay, wir sind am besagten toten Punkt angekommen. Der hintere Arm ist mittlerweile vollständig durchgestreckt, der Körper beinahe aufrecht. Jetzt geht es nur noch darum, wieder möglichst schnell Wind einzufangen – während das Foil keinen Druck bekommt und sozusagen im Nichts schwebt. Strecke beide Arme durch und lehne dich aktiv nach hinten, um Wind einzufangen. Wie bei einer Pumpbewegung schiebst du das Brett nun nach vorne auf den neuen Halbwindkurs.

12-13) Durch Belastung des hinteren Beines übst du Druck aufs Foil aus – das generiert Lift. Wenn du dich jetzt im richtigen Moment ins Segel hängst und genügend Speed aus der Kurve mitgenommen hast, gleitest du wie mit Zauberhand einfach weiter.



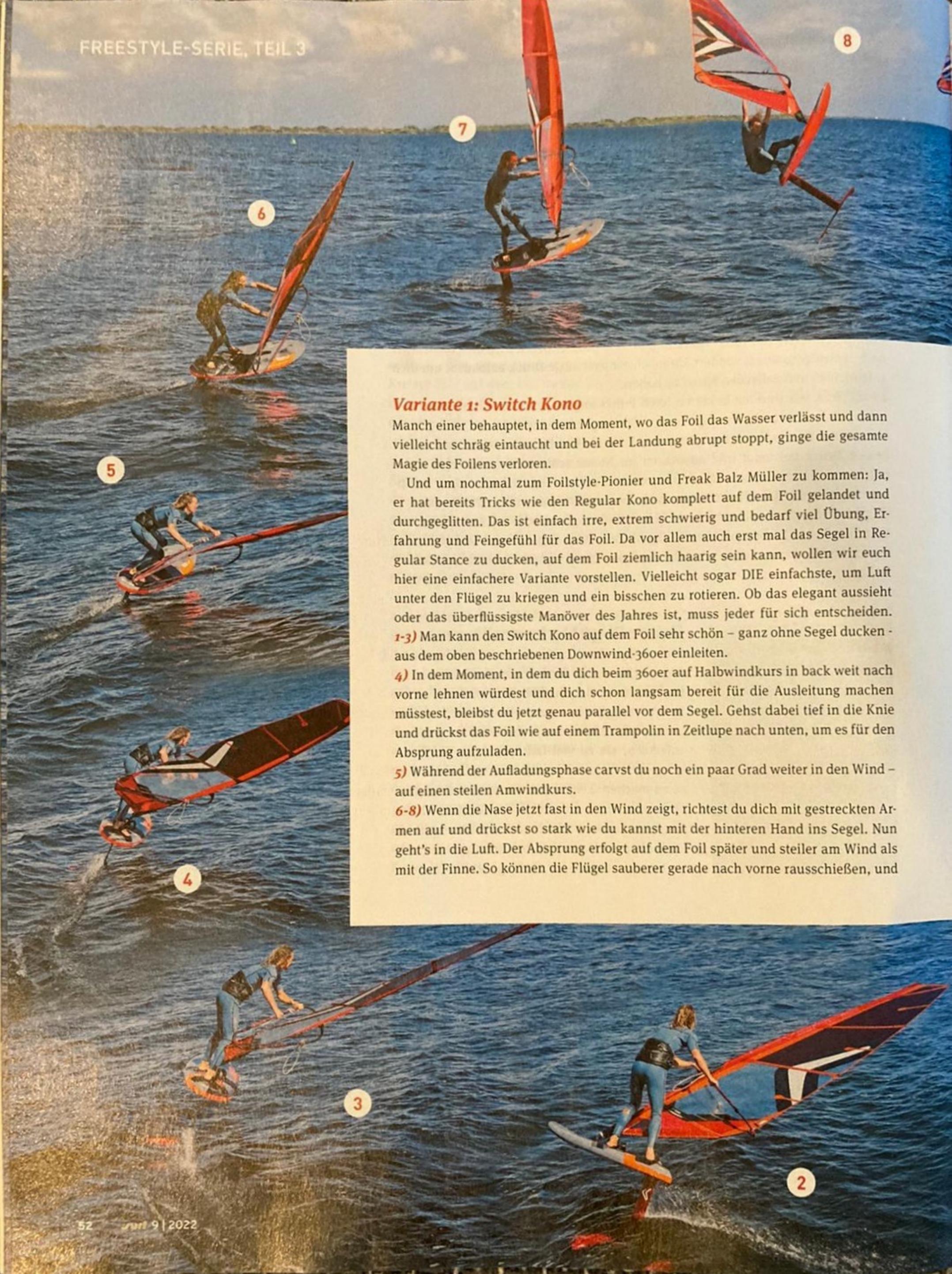
Fokus: Flughöhe kontrollieren

Ein zu enger Radius, zu viel Druck im Segel und Gegendrücken mit der hinteren Hand können zu Problemen mit der Flughöhe führen. Versuche zu Beginn, generell eher flach zu fliegen. Das Brett kann in der Kurve lieber mal kurz aufsetzen, als zu viel Luft unter den Flügel zu kriegen und einen Abgang nach unten und vorne zu machen. Leite die Kurve sanfter ein, lehne dich weiter nach vorne über den Mast und halte den hinteren Arm bis zum Aufrichten neutral. Nach ein paar Versuchen bekommt man schnell ein besseres Gefühl für die Flughöhe.

3

4

5



Variante 1: Switch Kono

Manch einer behauptet, in dem Moment, wo das Foil das Wasser verlässt und dann vielleicht schräg eintaucht und bei der Landung abrupt stoppt, ginge die gesamte Magie des Foilens verloren.

Und um nochmal zum Foilstyle-Pionier und Freak Balz Müller zu kommen: Ja, er hat bereits Tricks wie den Regular Kono komplett auf dem Foil gelandet und durchgeglitten. Das ist einfach irre, extrem schwierig und bedarf viel Übung, Erfahrung und Feingefühl für das Foil. Da vor allem auch erst mal das Segel in Regular Stance zu ducken, auf dem Foil ziemlich haarig sein kann, wollen wir euch hier eine einfachere Variante vorstellen. Vielleicht sogar DIE einfachste, um Luft unter den Flügel zu kriegen und ein bisschen zu rotieren. Ob das elegant aussieht oder das überflüssigste Manöver des Jahres ist, muss jeder für sich entscheiden. **1-3)** Man kann den Switch Kono auf dem Foil sehr schön – ganz ohne Segel ducken – aus dem oben beschriebenen Downwind-360er einleiten.

4) In dem Moment, in dem du dich beim 360er auf Halbwindkurs in back weit nach vorne lehnen würdest und dich schon langsam bereit für die Ausleitung machen müsstest, bleibst du jetzt genau parallel vor dem Segel. Gehst dabei tief in die Knie und drückst das Foil wie auf einem Trampolin in Zeitlupe nach unten, um es für den Absprung aufzuladen.

5) Während der Aufladungsphase carvst du noch ein paar Grad weiter in den Wind – auf einen steilen Amwindkurs.

6-8) Wenn die Nase jetzt fast in den Wind zeigt, richtest du dich mit gestreckten Armen auf und drückst so stark wie du kannst mit der hinteren Hand ins Segel. Nun geht's in die Luft. Der Absprung erfolgt auf dem Foil später und steiler am Wind als mit der Finne. So können die Flügel sauberer gerade nach vorne rausschießen, und



du kannst früher Wind mit dem Segel einfangen, um bei einer leichten Foil-Brise in der Luft frühestmöglich Zug auf dem Segel zu haben – und nicht einfach nur nach hinten auf den Rücken zu fallen.

9) Am höchsten Punkt machst du dich jetzt, genau wie beim Switch Kono auf der Finne, klein. Winkelst die Beine an und ziehst dich aktiv ans Segel heran.

10) Bei den Landungen wird's auf dem Foil generell spannend. Beim Switch Kono solltest du darauf achten, zuerst mit dem Backwing, also mit etwas Rücklage, einzutauchen. Denn die größeren Frontwings (ab 1000 cm) verdrängen bei der Landung zu viel Wasser und würden bei leichter Fehlstellung das Brett stark verkanten lassen. Daher ist es einfacher, die Fläche mit dem minimalsten Widerstand zuerst einzutauchen zu lassen. Dafür musst du im richtigen Moment das Segel mit der hinteren Hand etwas offen halten, um die Nase während der Landungsphase oben zu halten. Beim normalen Switch Kono oder Skopu auf der Finne gilt das genaue Gegenteil: Da sollte man schön dicht ziehen, um das Heck nicht abtauchen zu lassen und plan und trocken zu landen. Oder beim Skopu sogar weiter rückwärts slidern zu können.

11-12) Ist das Foil nun einmal rückwärts eingetaucht, solltest du schnellstmöglich dein Gewicht komplett auf das vordere Bein und den Mastfuß verlagern und das Segel dichtholen, um aufrecht zu stehen, das Gleichgewicht zu finden und wieder Fahrt aufnehmen zu können.



Julian Wiemar nimmt euch mit auf einen Rundflug.

Variante 2: One-handed-360er

Einfach mal mitten in der Kurve die Hand loslassen – kann lässig aussehen und ist gleichzeitig eine gute Übung dafür, die hintere Hand in der Kurve bis zur Ausleitung relativ neutral zu halten. Es geht nämlich auch ganz ohne.

Lass die vordere Hand während der Halbwindphase in der Kurve los und wandere mit der hinteren Hand nach vorne über den mittleren Druckpunkt des Segels - also ungefähr auf Höhe der Trapezstampen. Sobald die Nase in den Wind zeigt, muss die Hand aber schnell wieder dran, um den 360er auszuleiten.



Höhenrausch

Während es mit Finne schon viel Übung und Wind bedarf, um beim Kono auf Höhe zu kommen, erlaubt das Foil schon bei knappen vier Windstärken Powermoves. Probier's aus! Helm und Protektionskleidung sind zu Beginn empfehlenswert. Wer sich schützen möchte, findet hier eine Übersicht:

<https://www.surf-magazin.de/zubehoer/kaufberatung/kaufberatung-protektoren-fuer-windsurfer/>