



Checkliste CALIMA-Sailing-Crew

Wir von der Stammcrew der CALIMA freuen uns riesig, dich als Gast und Crewmitglied an Bord begrüßen zu dürfen!

Vorab einige allgemeine Regeln. An Bord der CALIMA gehen wir mit Kommandoketten und Abläufen bewusst entspannt um - denn Seemannschaft heißt bei uns vor allem: zusammenarbeiten, klar kommunizieren und sicher unterwegs sein. Es gibt jedoch ein paar Punkte, die verbindlich eingehalten werden müssen:

- **SICHERHEIT** zuerst
- **Immer zwei Gedanken:** für Dich selbst und fürs Boot
- Manöver werden **angekündigt, abgesprochen** und **rückgemeldet**.
- **In Manöversituationen MÜSSEN Kommando-Befehle des Skippers ausgeführt werden.**
- **Rettungsmittel:** Die Entscheidung, ob diese getragen werden, liegt grundsätzlich bei Dir - es sei denn, der Skipper weist es ausdrücklich an.
- **Hände und Füße weg von Gefahrenzonen** (10 Tonnen weichen nicht den Knochen)
- **Stimmungsveränderungen** wie Unwohlsein, Müdigkeit oder ähnliche Signale sofort dem Skipper melden.

Damit deine/unsere Zeit entspannt, erholsam und voller schöner Erlebnisse verläuft – ohne böse Überraschungen – haben wir dir eine kleine Checkliste zusammengestellt. Alles, was wir in den letzten Jahren als wirklich wichtig befunden haben.

- **Vorfreude tanken:** Fahr mit leichtem Kopf – der Rest ergibt sich an Bord.
- **Wetter & See im Blick behalten:** Pass Kleidung so an, dass du dich jederzeit wohlfühlst.
- **Mitmachen & unterstützen:** Auf der CALIMA zählt Teamgeist – kurz anpacken, wenn's gerade passt.
- **Genießen nicht vergessen:** Das Wichtigste: Zeit an Bord bewusst erleben.

Checkliste:

Schlafen:

- | | | | |
|---------------------------------|--------------------------|-------------|--------------------------|
| Spannbettlaken | ☐ | Schlafanzug | ☐ |
| Bettzeug (Oberbett, Schlafsack) | ☐ | Kopfkissen | ☐ |

Kleidung:

Am besten immer Wechselkleidung einpacken falls es mal unplanmäßig über Bord geht!

- | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Wetterfeste Jacke (Wind- & Spritzschutz mit Kapuze) | ☐ | Wärmende Mütze | ☐ |
| Wärmende Kleidung | ☐ | Badesachen | ☐ |
| Lange Hose | ☐ | Handschuhe | ☐ |
| | ☐ | Shorts oder leichte Hose | ☐ |

Sonnenschutz:

- | | | | |
|---|--------------------------|---|--------------------------|
| Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor | ☐ | After Sun | ☐ |
| Kopfbedeckung (Cap/Mütze) | ☐ | Lippenpflege (am besten auch mit UV-Schutz) | ☐ |
| Sonnenbrille | ☐ | | |

Schuhe:

- | | | | |
|------------------------------|--------------------------|--|--------------------------|
| Festes Schuhwerk (Landgänge) | ☐ | Leichte Schiffsschuhe (z.B. Schlappen) | ☐ |
| Segel-/Rutschfeste Schuhe | ☐ | | |

Hygiene & Gesundheit:

- | | | | |
|---|--------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| Persönliche Hygieneartikel | ☐ | Medikamente die Du brauchst | ☐ |
| Passendes Mittel gegen Seekrankheit (falls Du empfindlich bist) | | | ☐ |

Allgemeines:

- | | |
|----------------|--------------------------|
| Handyladekabel | ☐ |
|----------------|--------------------------|

Nun ist wirklich genug der „Regelreiterei“

Wir hoffen, Deine Vorfreude ist mindestens genauso groß wie bei uns – und dass Du die Zeit an Bord der CALIMA genießen kannst.