

## CWO 2

**Cursisten die deze opleiding willen volgen, worden verondersteld de beginselen van het windsurfen, zoals behandeld bij CWO 1, te beheersen. Bij het behalen van je CWO 2 diploma kan je zelfstandig ongeacht de windrichting en op elk gewenst punt wegsurfen en weer terug komen. Hierbij wordt eventueel gebruik gemaakt van een trapeze. Alle technieken van dit diploma kan de cursist uitvoeren tot en met windkracht 4 Beaufort/16 knopen.**

Als je na de cursus je CWO 1 diploma hebt behaald dan kan je veilig, zonder begeleiding, windsurfen op rustig binnenwater. En kan je eventueel beginnen met het aanschaffen van je eigen surfmateriaal.



De minimale leeftijd voor deze cursus is 11 jaar. De cursus bestaat uit een theoretisch gedeelte en een praktijkgedeelte. Je krijgt een cursusboekje waarin alle theorie terug te vinden is. De cursus wordt afgerond met de afname van de 'proeve van bekwaamheid' en als je slaagt, ontvang je het diploma 'CWO 2 windsurfen'. Tijdens de 'proeve van bekwaamheid' worden zowel je kennis van de theorie als je praktijkkennis getoetst.

De cursus wordt gegeven door opgeleide, CWO erkende surfinstructeurs. Als cursist kan je tijdens de lessen gebruik maken van het surfmateriaal van de club (surfset, wetsuit, drijfvest).

## Wat ga je leren

Hieronder staat omschreven wat er tijdens de CWO 2 opleiding wordt behandeld. Voor meer inhoudelijke vragen over de cursus, kan je contact opnemen met de commissie opleidingen: [opleidingen@windsurfingberkendonk.nl](mailto:opleidingen@windsurfingberkendonk.nl)

### Het praktijk gedeelte bestaat uit:

1. Op- en aftuigen en trimmen
2. Veiligheid en omgeving
3. Dragen van board en tuig
4. vaarhouding
5. Zeilsturing
6. Zeilstanden, Overstag gaan
7. Gijpen
8. Opkruisen
9. Wegsurfen en aankomen
10. Trapeze varen



11. Beachstart
12. Toepassen van reglementen
13. Kennismaken wedstrijdsurfen
14. Freestyle
15. Zwaardgebruik



**Het theorie gedeelte bestaat uit:**

1. Knopen en steken
2. Surftermen
3. Onderdelen
4. Veiligheid en omgeving
5. Reglementen
6. Materiaal en onderhoud
7. Krachten en gevolgen

Maar het belangrijkste is lekker buiten op het water bezig te zijn met elkaar en plezier te hebben.

**Veel succes met de cursus!**