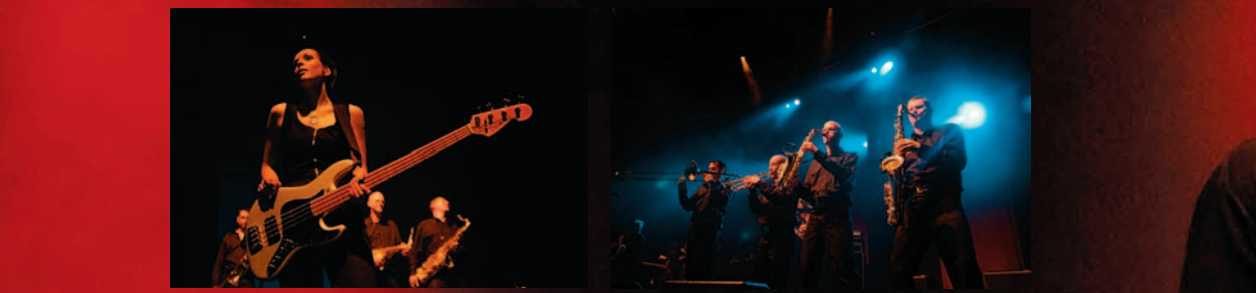




# FARIN URLAUB RACING TEAM LASS ES WIE EINEN UNFALL AUSSEHEN

wurde aufgenommen während der KRACHGARTEN-Tour vom 26. bis 29. Mai 2009 in Hamburg, Krefeld und Dondrück.



**Annette Steinkamp:** Gesang, Keyboard, Percussion  
**Celine Bestic:** Gesang, Akustik-Gitarre, Percussion  
**Cindia Krüger:** Bass  
**Nessie Ström:** Gitarre  
**Rachel Rep:** Schlagzeug, Percussion und Auswahl, welcher Song von welchem Tag genommen wurde  
**Simona Mitte:** Gesang, Percussion  
**Hans-Jörg Fischer:** Saxophon  
**Hardy Ipsich:** Trompete  
**Peter Quintern:** Saxophon  
**Rob Solomon:** Posaune  
**Farin Urlaub:** Gitarre, Gesang

**Cindia** spielt Böse von Sandberg und Moruszyk-Instrumenten über einen Hiwatt-Amp von Musik Mein/Isenrhagen  
**Nessie** spielt Gibson-Gitarren  
**Farin** benutzt Saiten von Musik Mein/Isenrhagen  
**Hardy** spielt Jupiter-Trompeten  
**Fischl** und **Quinte** benutzen Jupiter-Saxophone  
**Rachel** spielt ein Yamaha-Schlagzeug mit Meinl-Becken

**Tourleiterin:** Patty Irwin  
**Produktionsleiter:** Emar Fackwitz  
**FBK-Sound:** Philip Wiedel  
**Lichtdesigner:** Lal Helmig  
**Monitorsound:** Tom Vallmers  
**PA System Engineer:** Christian Wattenberg  
**PA Bühnen/Flanten:** Manuel Schröder  
**Backline Chief:** Matteo Frensch  
**Bass & Guitar Tech:** Jochen Hornung  
**Drum Tech:** Tamaso Vallmers & Peter Wagner  
**Drehschiff/Dimmer:** Mike Lange  
**Lichttechniker:** Fabi Bieren  
**Licht/Deko:** Michael Becker  
**Headrigger:** Christian Böttger  
**Catering Chief:** Oliver Birkel  
**Catering:** Ulrike Knopf, Marco Hoor & Frank Wichterlein  
**Security-Litigung:** Thomas Veldemüller  
**Security:** Mike Idzisi  
**Trucker:** Annett Groddek, Michael Weiss, Uwe Böttcher  
**Busfahrer Band:** Andreas Wache  
**Busfahrer Crew:** John Åsten & Uwe Dittmann

**Bookingfirma:** Kikis Kleiner Tourneeservice  
**Julius Rothländer, Katharina Cufar, Humberto Pereira, Birger Lüdemann, Tina Ulrich, Kiki Resster**

**Management:** Büro Axel Schulz  
**Tabea Kaplan, Axel Schulz**

**Label: Völlner hört die Tonträger**  
**Berno Linkle, Ravel Rowghani**

**Produziert von QFilmproduktion**  
**Kamera:** Jan Wille, Philip Seifried, Tobias Kuffenberger, Philip Mummshoff, Christian Katzmann, Dirk Treckle, Rupert Bennoch, Buriger Kasig  
**Executive Producer:** Markus Gerwinat  
**Producer:** Mark Entzelmann  
**Aufnahmeführung:** Nina Fuge  
**Schnitt & Postproduktion:** Markus Gerwinat  
**Schnitt-Assistent:** Jennifer Beckus, Christian Katzmann  
**Regieassistent:** Oliver Krupp  
**Regie:** Norbert Heitker

**Ton aufgenommen von Hans-Jürgen Steffen und Marc Schattler mit dem Gogo Mobil, gemischt von Mirko Schäffer**

## DIE WAHRHEIT ÜBER KRACHGARTEN

wurde produziert von QFilmproduktion.  
 Drehbuch: Farin Urlaub Racing Team  
 Kamera: Ravel Rowghani, Jan Wille, Elisa Hahn  
 Ton, Schnitt & Postproduktion: Oliver Krupp  
 Regie: Ravel Rowghani in Kooperation mit Oliver Krupp und FURT

Probenaufnahmen realisiert von Steffi Hein, Kamera: Patrick Pawig, Holger Bohn, Andi Artelt, Marius Szywala, Daniel Seegebarth  
 Ton aufgenommen von Ingo Rugenrath und Josha Schwetzyk/rain productions, gemischt von Archi Alert

Die elegante Band-Kleidung wurde geschneidert von Heike Böhm.  
 Alle Songs: M.T. Urlaub, verlegt bei PMS Musikverlag GmbH  
 Fotos: Hitz, Böhm

Artwork: schwarzwald@gluecklicher-moentag.de  
 Fanpost an: fanpost@farin-urlaub.de

© & © 2010 Völlner hört die Tonträger  
 farin-urlaub.de



# FRISBEE ULTRA RACING TOTAL FURT SCHEIBE™

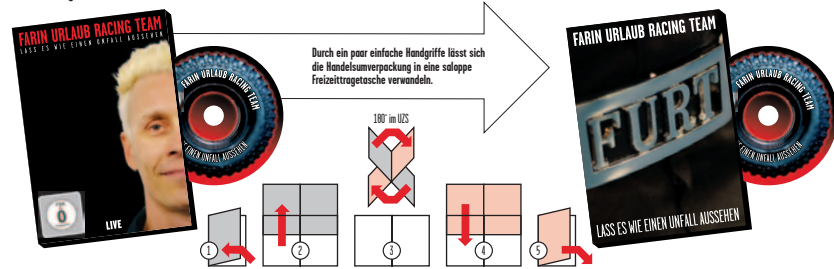


**SPIELSPASS FÜR SIE UND IHN!**



**FÜR DAHEIM UND UNTERWEGS!**

Frisbee Ultra Racing Total (FURT) erlaubt geübten Anwendern von „Lass es wie einen Unfall aussehen“ viele Stunden Spielspaß über die Nutzung als passives Unterhaltungsmedium hinaus.



1. Umverpackung aufschlagen, 2. Druckblatt aus Umverpackungsschutzfolie entnehmen, 3. Druckblatt um 180 Grad im Uhrzeigersinn wenden, 4. Druckblatt in Umverpackungsschutzfolie einführen, 5. Umverpackung schließen.

**WARNHINWEIS:** Die Nutzung als Sportgerät ist wegen der erforderlichen Präzision in der Herstellung nur mit original erworbenen FURT-Scheiben zu empfehlen. Der unsachgemäße Umgang mit selbst hergestellten Scheiben kann aufgrund divergierender Datendichten und Beschichtungsmaterialien zu gefährlichen unkontrollierten Flugmanövern mit entsprechender Verletzungsgefahr für Beteiligte und Unbeteiligte führen!

## Spielvoraussetzungen

FURT kann von einem bis unbegrenzt vielen Spielern ausgeübt werden. Empfohlen wird eine Anzahl von elf Spielern.

Zum Ausüben von FURT wird eine DVD „Lass es wie einen Unfall aussehen“ benötigt.



**HINWEIS:** Für den Fall des Verlusts oder der Beschädigung des Spielgerätes empfiehlt sich die Anschaffung eines Reservegerätes im Vorfeld des Spiels. Nur so können lästige Spielerberechnungen durch Neuerwerb minimiert werden.

An die Spielfläche sind keine besonderen Bedingungen geknüpft. Es sollte allerdings sichergestellt werden, dass Hindernisse nicht höher als die beteiligten Spieler aufragen (Richtlinie beim Spielen in einschlägigen Fachgeschäften, DVD-Regale) sowie dass alle Anwesenden gleichberechtigt am Spiel teilnehmen können (Richtlinie für offizielle Wettbewerbe (s. u.), Abstimmung mit einem Bevollmächtigten, um Mikrofondurchsagen zu gewährleisten).

## Physische Grundlagen



Im Gegensatz zur herkömmlichen Frisbee-Scheibe entwickelt die FURT-Scheibe deutlich weniger Auftrieb. Dieser wird durch den idealen Abwurfwinkel von 30° erzeugt. Ein extrem größerer Abwurfwinkel (90°) hätte einen Bumerangeffekt zur Folge, das Spielgerät würde zum Abspielenden zurückkehren. Die Flugbahn wird darüber hinaus durch die Faktoren Rotationsgeschwindigkeit und -richtung, Abwurfbeschleunigung, seitlicher Anstellwinkel sowie Datenmassenverteilung und -dichte beeinflusst.



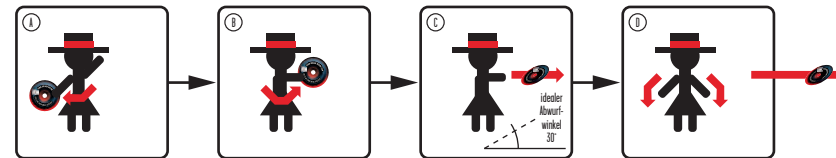
**Als Faustregel gilt:** Je höher die Rotationsgeschwindigkeit, desto stabiler liegt die Scheibe in der Luft. (Dabei sollten allerdings 9000 U/min nicht überschritten werden, um das Material nicht überzustrapazieren.) Rechts- und linksdrehende Scheiben bewegen sich in jeweils nach rechts oder links führendem Bogen. (Hierbei ist die schwer zu unterdrückende korrelierende Bewegung der Erdschse zu berücksichtigen, die je nach Position und Wurfwinkel zur Achse bieugend oder begradigend auf die Flugkurve einwirkt.)

Da die Daten bei einer originalen FURT-Scheibe immer auf gleiche ideale Weise verteilt sind, kann dieser Einfluss auf die Flugbahn als statisch angesehen werden. Alle anderen Faktoren sind variabel.

**HINWEIS:** Um die optimalen Flugleistungen der FURT-Scheibe zu erzielen, sollte vor dem Wurf die Umverpackung entfernt werden.

## Wurftechnik

Die perfekte Beherrschung des FURT-Scheiben-Wurfes erfordert wegen der komplexen dynamischen Koordination einige Übung. Unterschieden wird im räumlich-zeitlichen Verlauf dabei in Ausholbewegung, Wurfbewegung und Entspannungsbewegung.



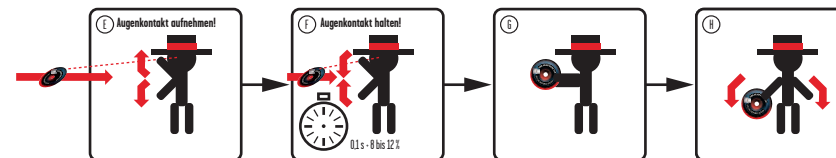
Das Ausholen erfolgt durch Zurückziehen des Wurfarmes in eine Startposition (A) entsprechend der Wurfart sowie in Hinsicht auf die damit verbundene optimale Anspannung der benötigten Muskelgruppen und der erforderlichen Winkelverhältnisse. Der Übergang zum Wurf wird durch eine schnell beschleunigte Bewegung von Hand und Arm zum Wurfpunkt eingeleitet (B). Ist dieser erreicht, sollte die FURT-Scheibe die Hand verlassen (C).

**HINWEIS:** Dazu ist es sinnvoll, eine FURT-Scheibe in der Hand zu halten. Nicht zu empfehlen ist die Verwendung von Gleitmitteln oder Schweißfingern, da dies die Winkel- und Abwurfkontrolle negativ beeinflussen kann.

Anschließend wird der Körper samt Gliedmaßen in die entspannte Ausgangsposition zurückgeführt (D). Der Wurf kann mit Vorhand und Rückhand ausgeführt werden.

## Fangtechnik

Das Fangen der FURT-Scheibe erfolgt durch eine um 90° gedrehte Klatschbewegung beider Hände, die einmalig durchgeführt wird und zum exakten Zeitpunkt erfolgen muss, in dem die möglichst genau vorausberechnete Flugbahn durch die Handflächen führt (Abb. E bis H). (Abhängig von der Fortbewegungsgeschwindigkeit der Scheibe und der Größe der Handflächen ist dafür ein Zeitfenster von ca. 0,1 s offen. Das Zeitfenster kann durch eine parallele Mitführung der Fanghände entlang der Flugbahn um ca. 8 bis 12 % erweitert werden.)



**WARNHINWEIS:** Von der gelegentlich in unautorisierten Quellen angeführten „Vertikal-Finger-Stopp-Technik“ muss abgeraten werden, da sie in der Regel zu Verringerung der Anzahl der verfügbaren Stopp-Finger führt und so nur bis zu zehn Fangversuche möglich sind.

## Offizielle Wettbewerbe

Obwohl das Training von FURT bei Vorhandensein einer originalen FURT-Scheibe jederzeit und nahezu allerorten durchgeführt werden kann, sind ausschließlich die von der Vereinigung Handgeworfener Daten-Träger (VHDT) organisierten offiziellen Wettbewerbe zum regelmäßigen Spielbetrieb geeignet. Zugelassen zu den Turnieren ist, wer im Vorfeld auf offiziellem Weg eine offizielle Startgenehmigung (I) erwirbt.

Die Durchführung von offiziellen Turnieren wird durch umfangreiche optische Maßnahmen (K) angekündigt.



# FARIN URLAUB RACING TEAM



**FURT LIVE**

**LASS ES WIE EINEN UNFALL AUSSEHEN**