

Bericht Sommer-Trainingslager in Warnemünde

Wir reisten am Sonntag gegen 12:00 Uhr in Warnemünde an. Nach dem Abladen und Zimmer beziehen, begannen wir um 14:30 Uhr unsere erste Einheit des Jahres auf einem anderen Revier als einem Binnensee. Das erste Mal wieder auf der Ostsee.

Die Umstellung vom Binnensee zum offenen Meer war schon enorm. Zum Eingewöhnen segelten wir die erste Einheit Strecke. So richtig begann das Trainingslager dann erst am Montagmorgen mit dem Frühsport um 7:15 Uhr. Nach der Vormittageinheit ging es rasch zum Essen, natürlich mit Coronaschutz :). Im Anschluss an eine kurze Pause, ging es für die Nachmittagseinheit wieder in die geliebten, nassen Segelsachen. Den Abschluss des Sporttages bildete das gemeinsame Auslaufen mit den Brandenburger Laser 4.7-Seglern.

Der Dienstag brachte super Segelbedingungen mit Westwind um 17-23 Knoten und schöner Welle. Am Vormittag trainierten wir gemeinsam als eine Gruppe mit je 4 Radials und 4.7ern. Die jungen Umsteiger bleiben bei diesen Bedingungen an Land. Da für den Nachmittag, nach 14:00 Uhr, noch mehr Wind angesagt war, trainierte der Radialcoach Paul W. uns 3 Segler (Marino, Paul und mich) mit 2 Booten.



Am Mittwoch, dem vollen Trainingstag, waren wir Segler teilweise schon recht erschöpft, da unsere Hängehärte aufgrund der bisher ausgefallenen Wasserstunden (vor allem über Ostern) und der Corona-Situation sehr gelitten hat. Um dies wieder zu verbessern segelten wir Radials am Vormittag 2 lange Kreuzen à 30 Minuten. Auf der Hälfte des letzten Vorwinds flaute der Wind dann um ca. 5 Knoten ab. Über die Mittagspause setzte sich dies weiter fort, sodass wir am Nachmittag nur noch 5-6 Knoten (und abflauend) hatten. In den leichten Winden fuhren wir als Brandenburger-Laser gemeinsame Rennen zwischen den Radials und den 4.7ern.

Der vorletzte Tag des Trainingslagers brach an und unser Radialcoach Paul wollte in der Vormittageinheit weiterhin unsere Hängehärte stärken. Passend dazu kam der Wind aus West mit ca. 15kn und einer schönen Welle. Wir Radials segelten 2 lange Kreuzen a 30 Minuten mit einer sehr kurzen Pause am Stück. Das ermöglichte uns allerdings auch einen schönen langen Vorwind, gut fürs Techniktraining in Richtung Hafen. Anschließend flaute der Wind zum späten Nachmittag hin auf

5 Knoten ab. In den abnehmenden Winden fuhren wir kleine Rennen in der Radialgruppe. Den Abschluss des Segeltages bildete wie üblich das Auslaufen gefolgt von der Auswertung. Nach dem Essen, es gab Burger :), spielten wir abends wieder gemeinsam Karten.

Am Freitag, unserem letzten Segeltag, fuhren wir als Laserteam gemeinsame Teamraces. Dazu teilten uns unsere Coaches Sören und Paul in 4 ungefähr gleichstarke Teams ein. Nachdem jedes Team einmal gegeneinander gesegelt ist, gab es keinen Sieger. Es herrschte Punktgleichstand zwischen den Teams und sie hatten so gegeneinander gewonnen, dass alle quasi Sieger waren! Nach dem Verladen und noch einer kurzen Sporteinheit ging es für alle zur Erholung nach Hause.

Diese Maßnahme wurde gefördert aus Etatmitteln der DSV-Seglerjugend.

Malte Leinert