

## **Bericht von der Trainingsmaßnahme „NRW-Wintertraining 2019/2020 für O’penSKIFF“**

„Aus BIC wird jetzt SKIFF – sonst ändert sich nichts!“ Bereits Anfang 2019 wurde der Name der Jugendsegelklasse O’penBIC geändert in O’penSKIFF. Als Skiff bezeichnet man eine leichte Segeljolle, die durch ihren flachen Rumpf schnell ins Gleiten kommt und deren Heck offen ist, damit übergekommenes Wasser direkt wieder abfließen kann. Ein Skiff ist daher ideal zum sportlichen Segeln, bei dem man auch schon mal richtig nass werden darf.

Da im Winter die Segelmöglichkeiten beschränkt sind, organisiert der SCCR am Elfrather See ein überregionales Training für alle interessierten Segler dieser Bootsklasse. Das Training findet ganztägig an ausgewählten Wochenendterminen über die Wintermonate verteilt am Elfrather See in Krefeld statt. Dieses Jahr bestand die Gruppe aus 6 jungen Seglern aus verschiedenen NRW-Vereinen. Auch 2 Nachwuchssegler des SCCR - David Rast und Max Schwarting – waren dabei.

Regelmäßiger Treffpunkt war das Vereinsheim des SCCR. Samstagmorgens um 9:30 Uhr ging es los. Zu diesem Zeitpunkt hatten die jungen Segler teilweise bereits eine mehr als einstündige Anreise mit ihren Eltern hinter sich und mussten innerhalb von 30 Minuten nicht nur ihre Boote aufbauen, sondern sich auch segelfertig umziehen. Jahreszeitlich vorgegeben war daher für alle Kinder ein guter Trockenanzug, mehrere Schichten Kleidung darunter, eine warme Kopfbedeckung und gute Wintersegelhandschuhe. Um 10 Uhr waren meist alle segelfertig und hörten aufmerksam zu, was ihr Trainer Christian Uhlig an diesem Tag mit ihnen trainieren wollte. Grundsätzlich bestand jeder Trainingstag aus zwei Übungseinheiten von je 2-2,5 Stunden. Dazwischen eine längere Pause zum Aufwärmen. Dafür hatten die Eltern immer ein gemeinsames Mittagessen für Segler, Trainer und alle Familienangehörigen vorbereitet. Nach dem Mittagessen stand immer erst die Nachbereitung des Vormittagstrainings auf dem Programm. Hier wurden die im Video festgehaltenen Manöver nochmal gemeinsam genau analysiert und diskutiert. So kam es zu vielen Verbesserungsvorschlägen. In der anschließenden Nachmittagstrainingseinheit wurden die verbesserten Bewegungsabläufe direkt in den Manövern umgesetzt. Gegen 16 Uhr war dann meist das Trainingsende, die Boote wurden abgebaut und die Wintersegelbekleidung mühsam wieder ausgezogen und eingepackt. Erschöpft und müde wurden die Kinder dann wieder nach Hause gefahren.

Anders als in den Vorjahren kam es in diesem Winter zu keinem Zufrieren des Sees. Stattdessen nahm die Corona-Krise im März ihren Anfang. Zunächst sorgte sie lediglich für Gesprächsstoff in der Elternrunde, beim nächsten Termin wurde bereits darauf geachtet, dass der Mindestabstand aller Anwesenden gewahrt blieb.

Als Highlight des diesjährigen Wintertrainings stellte sich dann aber ausgerechnet das letzte gemeinsame Training am 14.3.2020 heraus. Bereits das Vormittagstraining wurde bei sehr guten Windverhältnissen durchgeführt und machte Lust auf mehr. Zum Nachmittag frischte es dann weiter auf, so dass bei 5-6 Windstärken in Verbindung mit den bekannten Winddrehern am Elfrather See alle Kinder zwischen diversen Kenterungen in Höchstgeschwindigkeit über den See segelten. Hier zeigte sich der große Vorteil des Skiffsegelns, dass die übergekommenen Wassermassen direkt über das offene Heck abgeleitet wurden. Die volle Konzentration lag so ausschließlich in Vortrieb und Balance während dieser hektischen Minuten. Nach Kenterungen wurde das Skiff sofort wieder aufgerichtet und weiter ging es. Alle bestätigten hinterher: es waren die tollsten Momente ihrer bisherigen Segelkarriere. Dauerhaft in Erinnerung an diese Schlechtwetterfront bleiben auch ein gebrochener Mast und ein kaputtes Segel.

Mit der Verkündung des Versammlungs- und Sportverbots in den Vereinen endeten aufgrund der Corona-Krise dann die gemeinsamen Trainingseinheiten plötzlich und vorzeitig.

Obwohl jetzt der Frühling kommt, macht der Segelsport gezwungener Weise erst mal Pause. Es gibt im Moment Wichtigeres, als unseren Lieblingssport. Aber danach wird wieder gesegelt...

Diese Maßnahme wurde gefördert aus Etatmitteln der DSV-Seglerjugend.