

Breitensport Training für Teenies und 420er auf dem Northeimer Kieselsee



Ende der Sommerferien, am 25./26. August, freuten sich die Segler auf ein gemeinsames Training. So waren auch 7 Teams, 4 Teenies und 3 420er, die fürs Training beim Northeimer Segelclub gemeldet. Als ich aufs Gelände kam, waren sie freudig mit dem Bootsaufbauen beschäftigt.

Doch zuerst folgte die Begrüßung – wegen Corona natürlich mit Abstand und der üblichen Regeln. Der Trainingsschwerpunkt war dieses Jahr das Spisegeln - die Einsteigerteams durften an Land erstmal das Setzen und Bergen probieren.

Dann ging es endlich aufs Wasser – auf einem Up-and-Down-Kurs wurde gleich das Spinnaker setzen und bergen geübt und natürlich wurde auch das Fahren des Spis probiert. Denn schließlich soll der ja ordentlich Vortrieb bringen. Das Wetter war perfekt fürs Manövertraining. So konnten sich alle Teams gut verbessern.



Die 1. Wasserzeit war schnell vorbei, so ging es zurück in den Hafen zum Mittagessen. Dieses Jahr haben sich die Teilnehmer ihre Brotzeit selbst mitgebracht – so war alles gut mit den Coronaregeln vereinbar.

Nach der Pause ging es wieder aufs Wasser – die Freude war groß, dass der Wind etwas aufgefrischt hatte. Wir kombinierten jetzt Starts und kurze Wettfahrten mit den Spimanövern. So konnten alle ordentlich üben und hatten ihre Freude, endlich wieder gemeinsam segeln zu können.

Nach einer kurzen Trinkpause und einem kleinen Snack, folgte die 3. Wassereinheit. Wir wollten noch 3 Starts mit kurzen Up-ans Down durchführen. Jetzt stellte sich so langsam wieder Regattafeeling ein und die Teams kämpften auf den Schenkeln gegeneinander und freuten sich dabei natürlich auch, wenn sie zuerst an der Luv/Lee-Tonne waren. Nach dem letzten Start ging es dann erschöpft in den Hafen – das war ein richtig langer Segeltag.



Am 2. Segeltag hatte Rasmus etwas Übermut – der Grundwind mit 6 Beaufort wäre ja schon eine gewisse Herausforderung gewesen, aber mit den angesagten 8er Böen, wurde das Segelerlebnis doch grenzwertig. Jedoch hatten bei meiner Ankunft alle Teams ihre Boote schon wieder segelfertig aufgeriggt, sogar alle Vorsegel waren schön aufgerollt. Tja, was machen? Ich wollte den Tag eigentlich mit Theorie verbringen, aber die Segler wollten es probieren.

So erfolgte meinerseits erstmal eine Einweisung ins Starkwindsegeln und zum Aufrichten der Boote. Immer wieder wurde auf dem Windmesser geschaut, es waren 17./18 Knoten Wind. Ok, dann versuchen wir es – es gab noch die Ansage, doch mit langem Neopren oder Trockenanzug aufs Wasser zu gehen und außerdem mussten alle Teams ein Lycra über der Schwimmweste tragen.



Zuerst die Teenies, 2 Boote kamen auf dem Wasser an und sie versuchten jetzt ins Trapez zu kommen. Da legte der Wind noch einmal zu und in den Böen kenterten die beiden Boote. Alle waren aber in der Lage ihre Boote wieder selbstständig aufzurichten – doch beim Dichtziehen der Segel erfolgte die nächste Kenterung. Das waren Kenterübungen unter realen Bedingungen.

Nach der Mittagspause erfolgte noch eine lange Theorieeinheit über Spisegeln, bevor es für alle nach Hause ging. Denn am nächsten Tag ging es wieder in die Schule.

*Birgit Henke,
Trainer C-L*

