

## Faschingstraining der Kadersegler

### **Hessische 470er und Laser trainieren**

Wenig Zeit für Faschingsspaß in Deutschland blieb den hessischen Kaderseglern im Februar 2008. Die Segel- und damit Regattasaison steht vor der Tür und es gilt, sich nach dem Winter auch auf dem Wasser wieder fit zu machen. Während in Deutschland die Krokusse vorsichtig aus dem Boden lugen, herrscht am Mittelmeer bereits wieder Frühlingstimmung.

Henrik Simon (WSVB-L) und Florian Waldschmidt (SCR) bereiteten sich vom 01.02. bis zum 10.02.08 auf Mallorca auf den an Ostern dort stattfindenden Princess-Sophia-Cup vor. Bei angenehmen Temperaturen verbrachten Sie bei viel Wind an den ersten Tagen, aber dank guter Thermik auch noch schönen Windverhältnissen in den Folgetagen viel Zeit auf dem Wasser und konnten ihre Segeltechnik auf ihrem neuen 470er verfeinern. Sie segeln dieses Boot erst seit Sommer letzten Jahres nach dem Umstieg aus dem 420er und freuen sich schon auf das Kräftemessen mit anderen Crews in Regatten.

Fast zeitgleich (vom 03.02 bis zum 08.02.2008) verbrachte Eva Deichmann (WSVB-L) mit ihrem „Laser-Radial“ einige wertvolle Trainingstage in Hyères in Südfrankreich. Die erst 16jährige Laserseglerin wurde neu in den Hessenkader aufgenommen, da sie eine olympische Bootsklasse segelt und bereits nach kurzer Zeit in der Rangliste auf Platz 89 von 273 steht. Da sie im Hessenkader eine Ausnahme darstellt, kann für sie kein eigenes hessisches Training stattfinden. Gut bewährt sich daher die Kooperation mit dem Baden-württembergischen Seglerverband bei dieser Trainingsmaßnahme.

Sie berichtet: „Bei Sonne und 3-4 Bft, optimal um sich nach der Winterpause wieder an Wind, Wellen und das Boot zu gewöhnen. Der Trainingsschwerpunkt lag auf Fahrtechnik, welche wieder aufgefrischt und ausgefeilt werden musste. Abends sahen wir uns die Filmaufnahmen an, die unser Trainer Peter Ganzert während des Trainings von uns gemacht hatte. Da wir auch viele ältere und bessere Lasersegler unter uns hatten, konnten wir jüngeren von deren Aufnahmen ebenso etwas lernen, wie von unseren, auf denen wir sahen, was wir noch verbessern mussten.“

So vergingen die ersten Tage recht schnell, bis die Gruppe am Dienstag mit einer sechsständigen Trainingseinheit an ihre Grenzen kam. Nach einem Wellentraining im offenen Meer mussten dann vier Segler wegen einer Erkältung pausieren, was sie jedoch nicht abhielt, nach nur einem Erholungstag zum Abschluss noch einige Starts mit kleinen Rennen zu üben.

Günther Probst



*Henrik Simon (Steuer) und Florian Waldschmidt (Vorschot) genießen den Wellenritt im Abendlicht.*