



29er Trainingslager Kiel (11. – 21. Juni 2019)



GERMAN
SAILING
TEAM

Am Dienstag direkt nach der YES - Regatta ging es für uns dann bereits weiter. Wir nahmen an einem zwei-Tägigen Workshop des Deutschen Segler Verbandes teil, bei dem wir ein paar Vorträge zu den Themen Duale Karriere, Anti Doping Kommission erhielten und außerdem eine ausführliche Analyse unseres diesjährigen WM – Regattagebietes bekamen, welches in Gdynia (Polen), liegt.

Am Donnerstag ging es für uns dann wieder bei ca. 10 Knoten und einer ekligen Welle aufs Wasser und konnten an diesem Tag vor allem unseren Speed nochmals ein bisschen verbessern. Dies schafften wir dadurch, dass wir uns mit anderen Teams aus der Trainingsgruppe verglichen und schauten, was wir noch anderes machen können.

Am Freitag waren es nahezu dieselben Bedingung wie am Tag zuvor. Wir gingen wieder auf den Kurs und übten noch einmal die Tonnenrundungen. Außerdem konnten wir unsere Starts hier nochmals etwas verbessern.

Über das Wochenende hatten wir dann frei und konnten diese Zeit für Bootsarbeit nutzen. Ein paar Leinen mussten ausgetauscht werden die nicht mehr so gut aussahen. Außerdem konnte ich meine Pinne nochmals etwas verbessern, sodass sie nun nahezu kein Spiel mehr hat. Die freie Zeit konnten wir auch nutzen um uns ein bisschen auszuruhen und um unsere Motivation nochmals zu erhöhen.

Am Montag ging es dann wieder mit frischer Kraft aufs Wasser. Die Bedingungen waren perfekt für unser Training, wir hatten ca. 8 Knoten aus Süd – Ost. Dies bedeutet, dass der Wind in Kiel ablandig ist und das bedeutet dann sehr böige und drehende Winde. Gerade diese Bedingungen waren für uns sehr wichtig zu trainieren, da wir gerade bei solchen Winden noch die größten Schwierigkeiten haben. Durch viele Trainingswettfahrten konnten wir bei diesen Bedingungen einen Riesenfortschritt machen.

In den nächsten Tagen hatten wir dieselben Bedingungen und konnten unser Können noch weiter verbessern. Am Donnerstag konnten wir dann noch ein paar Trainingswettfahrten mit ein paar anderen Gruppen, unter anderen mit Seglern aus Singapur, Schweden und einem finnischen Team, das zu der europäischen Spitze gehört, durchführen. In den Trainingsregatten konnten wir unser Erlerntes dann zeigen, da es immer noch dieselben Bedingungen waren wie am Montag. Es gelang uns einige Top 3 Platzierungen zu segeln, die für uns sehr zufriedenstellend waren.

Am Freitag hatten wir dann nochmal einen freien Tag zum Entspannen und anmelden zur Kieler Woche, die dann am Samstag los ging.

Viele Grüße
Philipp Wrobel