

Europe-Training beim Team-Niedersachsen am Dümmer See



Nun ist es soweit Maarten ist nach zwei Probetrainings beim Team Niedersachsen angenommen worden und ist damit mit 11 Jahren der Jüngste im Team.

Am vergangenen Wochenende traf sich das Team zum letzten mal zum regulären Training vor der Internationalen Deutschen Jüngsten-Meisterschaft. Trainiert wurde unter anderen das Boot's-Händling, gleich mit mehreren Übungen wie im stehen segeln, rückwärts segeln, Big Boot segeln und im liegen segeln.



Maarten GER-1711



Um die Schwierigkeit noch etwas zu erhöhen wurde das ganze als Trainings-Wettfahrt gesegelt, soll heißen das zum Beispiel die gesamte Wettfahrt im stehen gesegelt wurde oder beim rückwärts-segeln musste erst normal bis zum Luv-Fass gesegelt und ab dort rückwärts bis ins Ziel.

Aber auch ganz normale Wettfahrten, mit einigen Extras standen auf dem Plan.



So durfte man zum Beispiel zwei Minuten vor dem Start kein Manöver mehr, wie Wende oder Halse fahren.

Oder man sollte 15 Sekunden vor dem Start anziehen (Geschwindigkeit aufnehmen) um mit Speed über die Startlinie zu segeln.



Aber auch die körperliche Fitness kam nicht zu kurz.

Und das am bisher heißesten Wochenende in diesem Jahr.

Das nächste mal kommt das Team am 05.08.2014 zum Vor-Training zu IDJÜM zusammen, ich werde Euch davon berichten.