

Imperia 2022/23

SSTR5 ILCA-Training in Ligurien

Am 28. Dezember 2022 ging es für uns ILCA-Seglerinnen und -Segler nach Imperia für das erste grosse Trainingslager. Der 29. war unser erster Trainingstag, welcher mit guten Bedingungen von bis zu 15 Knoten Wind und Dünung überzeugte. Die anderen Tage waren von etwas leichterem Wind geprägt, denn so richtig „Hack“ hatten wir nie. In diesen zehn Tagen lernten wir alle viel dazu und konnten uns in vielen Bereichen stark verbessern. Zur Freude von allen sah man die Fortschritte offensichtlich. Dazu beigetragen haben die vielen Videoanalysen und technischen Briefings. Leider aber gehörten auch einige Tage mit sehr wenig Wind dazu. Jedoch hatten wir immer Glück und für eine Session pro Tag reichte es. Wenn es einen halben Tag keinen Wind hatte, gab es immer genug zu tun: Bootsarbeiten, Theoriesessions, sportliche Trainings oder einkaufen. Während dieser Zeit wuchs das Team immer mehr zusammen. Man lernte sich gegenseitig besser kennen und der Teamzusammenhalt wurde durch die Aktivitäten, wie einkaufen, kochen oder einfach gemeinsame Zeit miteinander verbringen, gestärkt!

Unsere Boote liessen wir in Imperia, da wir im Februar 2023 ein weiteres längeres Trainingslager absolvieren werden.

Shana, Eléa, Marietta, Sophie, Joseph, Diego, Noud