



Saison 2026, Opti-A-Donnerstag im Chiemsee Yacht Club

1. Zielsetzung

Das Training richtet sich an Opti A Segler (fortgeschrittene Regatta-Segler) des CYC und den Segelclubs in Südost-Oberbayern (z.B. Chiemsee, Simssee). Ziel ist es, die technischen, taktischen und strategischen Fähigkeiten der Nachwuchs-Segler weiterzuentwickeln und sie optimal auf Regatten vorzubereiten. Zudem soll das Training den Austausch zwischen den Seglern verschiedener Clubs fördern.

2. Inhalte des Trainings

Jedes Training beinhaltet eine Mischung aus Theorie und Praxis. Die Inhalte orientieren sich an den Bedürfnissen der Teilnehmer und den saisonalen Bedingungen.

Mögliche Schwerpunkte, z.B.:

- **Bootsbeherrschung:** Segeltechnik, Bootstrimm und Bootsgeschwindigkeit
- **Taktik & Strategie:** Regattastrategie, Startübungen, Verhalten an Bahnmarken und im Regattafeld, Teamrace
- **Manövertraining:** Wenden, Halsen, Rollwenden
- **Wettkampfvorbereitung:** Ausschreibungen, mentale Vorbereitung, Startsituationen
- **Theorieeinheiten:** Wetterkunde, Strömungen, Regelkunde

3. Ablauf des Trainings

- **Bei Wind** soll so viel wie möglich gesegelt werden. Nach einer kurzen Begrüßung und Besprechung des Programms geht es aufs Wasser, um Übungen und Races zu fahren. Anschließend gibt es eine Abschlussbesprechung mit Videos.
- **Bei Flaute** findet ein kombiniertes Programm aus Fitness, Theorie und Bootsarbeit statt. Werkzeug für Bootsarbeit, ebenso Sportsachen und Schreibzeug bitte dabeihaben!

4. Organisation

- **Teilnehmer:** Fortgeschrittene / Opti A Segler aus dem CYC/den umliegenden Segelclubs
- **Die Trainer** haben selbst umfassende Regattaerfahrung / Trainerschein Leistungssport
- **Veranstalter:** Chiemsee Yacht Club
- **Anmeldung:** Im Voraus über www.chiemseeyachtclub.kadermanager.de (regelmäßige Teilnahme gewünscht!)
- **Kontakt:** Nico Lutz, Sportmanager@cyc-prien.de Tel 08051/2559

5. Termine

- **Donnerstags**, 15:30 Uhr (**segelfertig**, bereit zum Ablegen) bis ca. 18:00 Uhr
- **Zeitraum:** Ca. 20 Trainingseinheiten April bis Oktober (außerhalb der Schulferien)
- **Zusätzliche Termine** an den Wochenenden können ergänzt werden



6. Kostenbeteiligung: Berechnung für alle Teilnehmer, deren Eltern kein Mitglied im CYC sind: Pauschal 350 Euro / Saison donnerstags (ca. 20 Termine).

7. Boots-Stellplatz zwischen Trainings: In Ausnahmen kann ein Boot mal stehen bleiben. Für längere Zeit berechnen wir eine Liegeplatzgebühr von 60 Euro / Saison.

8. Überweisung: An den Chiemsee Yacht Club, IBAN: DE40 7115 0000 0000 2556 61, Sparkasse Rosenheim Bad Aibling und Betreff: Teilnehmer, CYC Jugend Training

9. Praktische Fragen:

- **Was sollten die Segler mitbringen?** Funktionskleidung und Sonnenschutz (Cap, Creme, Wasserflasche fürs Segeln); bitte auch Sportzeug fürs Fitness-Training und Schreibsachen für Theorie Unterricht sowie Werkzeug für Bootsarbeit mitbringen.
- **Einfahrt ins Clubgelände** zum Abladen der Boote möglich; bitte nicht bis zum See vor fahren 😊. Parken dann bitte vor den Toren (z. B. an der Straße bergauf).
- **Das Club Lokal** steht allen Nicht-Mitgliedern offen, Stegnutzung ist für Mitglieder...

9. Sicherheitsaspekte

- Schwimmwestenpflicht für alle Teilnehmer
- Begleitboote sind während des Trainings im Einsatz
- Abbruch des Trainings bei ungeeigneten Wetterbedingungen (Sturm, Gewitter)

10. Haftungsausschluss

Die Teilnahme am Training erfolgt auf eigene Gefahr. Der Chiemsee Yacht Club sowie die Trainer übernehmen keine Haftung für Schäden oder Verletzungen, die während des Trainings oder auf dem Clubgelände entstehen. Die Teilnehmer bzw. deren Erziehungsberechtigte sind für eine ausreichende Versicherungsdeckung selbst verantwortlich. Eine Haftpflicht ist auch über die Heimatvereine der Teilnehmer (BLSV/ARAG) gegeben.

11. Bildrechte

Mit der Anmeldung zum Training erklären sich die Teilnehmer bzw. deren Erziehungsberechtigte damit einverstanden, dass während der Trainingseinheiten Foto- und Videoaufnahmen gemacht werden können. Diese Aufnahmen dürfen vom Chiemsee Yacht Club zu dokumentarischen oder werblichen Zwecken (z. B. Website, Social Media, Vereinsbroschüren) bzw. zur Schulung während des Trainings verwendet werden. Falls dies nicht gewünscht ist, muss dies schriftlich vor Beginn des Trainings mitgeteilt werden.

12. Fazit Das Segeltraining soll die Teilnehmer auf die anstehenden Regatten vorbereiten, ihre seglerischen Fähigkeiten gezielt verbessern und den Teamgeist zwischen den Seglern der Region stärken. Durch eine regelmäßige Teilnahme erhalten die Segler eine optimale Vorbereitung und Begleitung für die Saison.

Name des Kindes: _____

Verein: _____

Datum/Unterschrift Erziehungsberechtigter: _____