Laser Radial (IlCA 6) Internationale deutsche Masterschaft Ammersee Juli 2025

(Bettina Denk) Ein paar Tage zum Segeln zu fahren bedeutet für mich – insbesondere in der Schulzeit – nicht nur die Vorbereitung auf die Regatta an sich (Bootsmaterial fertig machen, Auto zur Behausung umwandeln, Verpflegung organisieren usw.) sondern auch die vorausschauende Familienorganisation. Der mental load und alle Termine des Juniors müssen geplant und an den betreuenden Papa und die betreuende Oma weitergegeben werden.

Am Ammersee war ich nämlich eine ganze Woche. Erst am Wochenende die Ranglistenregatta Laser-Datschi, dann unterwöchig Masterstraining bei Christoph Wurm und dann Donnerstag bis Sonntag die internationale deutsche Masterschaft – hier hatte ich auch noch die Regattabetreuung bei Nina gebucht. Eine sehr intensive Segelwoche. An mein Ergebnis beim Laserdatschi kann ich mich nicht mehr erinnern :-), es waren zwei Tage, an denen bei mir seglerisch gar nichts ging, kennen sicher viele. Aber dann! Das Wetter wurde schlecht, eine klassische Westlage mit viel Wind. Sehr viel Wind. Tagelang. Zum Trainieren natürlich super, aber auch sehr herausfordernd, vor allem für die Orthopädie :-). Das Training war eine echte Bereicherung, drei Tage segeln mit Starkwind und sehr gutem Coaching. Ich durfte das erste Mal erleben, mit Funkgerät trainiert zu werden. Ein echter Mehrwert, da man die Ansagen des

Trainers sehr gut versteht und auch davon profitieren kann, was er den anderen mitteilt. Nach einem

Erholungstag am Donnerstag ging es dann hochmotiviert an die deutsche Masters. Der erste Tag war sehr gemütlich, der Wind war wieder weg und wir verbrachten sehr viel Zeit mit Schaffkopfen. Am Samstag dann guter Wind und das Training zahlte sich aus! Am Ende des Tages lag ich nach drei Wettfahrten auf Platz 9 von 60. Das war weit mehr, als ich mir im Vorfeld beim sehr gut besetzten Teilnehmerfeld ausgemalt hatte (Maximalziel Top 15, Ziel Top 20, Minimalziel erste Hälfte). Maximalziel weit unterboten! Am Sonntag hatten wir drei weitere Wettfahrten, bei denen ich auch wieder recht gut gesegelt bin. Leider ereilte mich aber auch ein BFD – nur gute Segler machen Frühstart, hallo Anna! – so dass ich die Meisterschaft insgesamt mit Platz 16/60 beendete.

Internationale Österreichische Masterschaft Attersee September 2025IÖMa im UYCAttersee

(Bettina Denk) Im September ging es nochmal für drei Tage an den Attersee, der SRV wurde von Gerald Metz und mir vertreten. Am Freitag gab es leider keinen segelbaren Wind. Der sehr besonnene Wettfahrtleiter informierte und das ganze Wochenende fortlaufend über die Wettersituation. Am frühen Nachmittag ging AP down. Gerade als wir alle in voller Montur umgezogen waren, pfiff er uns wieder zurück, bevor es aufs Wasser ging, da der Windhauch sich nicht stabilisierte, sondern wieder zusammenbrach. Eine sehr gute Entscheidung. So verbrachten wir den Tag mit Bootsoptimierung und internationalem Austausch. Aufgrund der auch im September in Italien stattfindenden Masters-WM war das Feld international besetzt und wir lernten Segelkollegen z.B. aus Schweden, Australien und den Vereinigten Arabischen Emiraten kennen.
Am Samstag kam am späten Nachmittag ein schöner Wind aus Nord-Östlicher Richtung auf, der sich im Lauf des Tages zum thermischen Rosenwind stabilisierte und deutlich auffrischte. Wir hatten

einen traumhaften Segeltag mit drei wunderbaren Wettfahrten im Sonnenschein. Ich kam gut zurecht, hatte Freude und machte wenig Fehler und lag am Abend in meiner Altersklasse auf dem zweiten Platz. Was mich zwar freute, jedoch auch dazu führte, dass ich die erste Dopingkontrolle meines Lebens hatte, da sie jeweils die beiden ersten der Altersklassen herauszogen. Es war ein bisschen wie im Film: wir wurden beim Anlegen angesprochen und standen ab da unter Aufsicht. Personalausweis holen, Boot abbauen, Trinken organisieren (schliesslich sollten wir wenigstens 90, besser 150 ml Urin abgeben), Trinken, Warten und natürlich auch Pinkeln: alles unter Aufsicht. Das Procedere zog sich insgesamt 1,5 Stunde n hin, bis alle Auflagen erfüllt waren. Nicht so wirklich angenehm nach einem langen Segeltag und die ganze Zeit im nassen Neo. Duschen war leider auch verboten.

Doping Control Form Receipt - 3860485378

N no-reply@wada-ama.org 6. Sept.
An: Ich

Dear Bettina, Denk,

The World Anti-Doping Agency (WADA) thanks you for your recent participation in a doping control process conducted by your Anti-Doping Organization (ADO). Undergoing doping control is an important part of keeping your sport clean, and we are grateful for your commitment to doping control.

Entschädigt wurden wir mit einem leckeren Abendessen. Am Sonntag gabs wieder drei traumhafte Wettfahrten mit Champagnerbedingungen: Hängewind und glitzerndes Wasser.

Ich wurde in meiner Altersklasse „Master“ 3. Und in der Klasse „Woman“ 2.
Gerald wurde in seiner Altersklasse „Great Grand Master“ 2.