

## Lasertraining für Frauen

"Ab jetzt hören alle auf meinen Pfiff!"

Und wirklich: Ein Pfiff - und alle Frauen setzen zur Halse an!

Traum aller Männer: Eine Frau, die widerstandslos und direkt auf Pfiff reagiert.....Wie wär das Leben doch langweilig ohne Klischees!

Aber fangen wir ganz von vorn an:

Es gibt Frauen, die zwar segeln, aber in Funktion des Vorschoters.

Es gibt Frauen, die segeln, aber mal eine andere Jolle kennenlernen wollen.

Es gibt Frauen, die mal in ihrer Jugend gesegelt sind.

Es gibt Frauen, die das Segeln als sportliche Aktivität ihrer Kinder oder ihres Mannes kennen.

Und irgendwann fragen sie sich: Warum eigentlich ich nicht (mehr)?

Also wurde die Idee geboren, speziell für Frauen als Umsteiger, Einsteiger oder Wiedereinsteiger ein Segeltraining anzubieten. Als Schiff für dieses Training wurde der Laser ausgesucht - ein übersichtliches Boot ohne komplizierte Technik, weshalb es auch meist von Männern gesegelt wird :-). (Klischee s.o.)

Die Resonanz auf dieses Angebot war sehr gut: Am Samstag reisten 15 Frauen an, um bei guten Wetterbedingungen - Sonne & leichter Wind - den Sprung aufs Wasser zu wagen.

Aber vor der ersten Halse gab es jede Menge theoretischen Input.

So ein Laser liegt ja nach dem Transport als Bausatz vor, also erstmal anpacken und aufbauen. Diese Phase wurde von Alexandra in locker-heiterer Art begleitet, wobei zu jedem "Bauteil" gleich die Funktion erklärt wurde.

Als dann alles bereit war - Boot gebaut und die Frauen in Neopren segelklar eingepackt - erschienen auch endlich mit Verspätung die ausgesuchten beiden männlichen Trainer: Sie hatten den Weg zum Weiher nicht sofort gefunden! Mal gut, dass der Weiher an sich klein und übersichtlich ist und wir nicht befürchten mussten, dass sie sich auch auf dem See mit dem Motorboot verfahren :-)

Der schwache Wind war dann für die absoluten Neueinsteiger die beste Voraussetzung, mit dem Schiff "warm zu werden". Alexandra übernahm die Newcomer mit dem Kommentar: "Und egal, auf welchem Bug oder welcher Position meine Leute fahren, sie haben immer Vorfahrt!!"

Na gut - das war ok, für alle anderen galt, nicht nur das eigene Schiff im Griff zu haben, sondern alle anderen im Blick und last but not least, den Anweisungen der Trainer zu folgen. Diese waren trotz Megaphon teilweise schwer zu verstehen, aber da erwies sich die funktionierende Kommunikation unter Frauen als unerlässliche Hilfe: Was ansonsten übers Telefon von Frau zu Frau weitergegeben wird (Klischee s.o.), wurde nun mittels Rufen vom trainernahen bis zum entferntesten Boot weitergegeben. So fuhren wir zwischen ausgelegten Tonnen hin und her, kreuzten zur Luvtonne, dümpelten vor dem schwachen Wind zum Leefass, immer "verfolgt" vom Trainerboot, von dem konkrete Anweisung zu Segeltrimm und Hilfen zur Durchführung der Manöver kam - und das war richtig gut so.

Mit dem Schiff zu fahren und das bei schwachem Wind ist die eine Schwierigkeit, aber selbst bei flauem Lüftchen mit dem Schiff auf dem Wasser anzuhalten oder noch langsamer zu fahren, um beim geforderten "Gänsemarschfahren" in der Reihe zu bleiben und nicht zu überholen, ist das andere Problem.

Atemlos hatte uns das Training bis dahin nicht wirklich gemacht, aber verdammt durstig und hungrig!! Alle waren froh, als wir zur Mittagspause einlaufen durften! Und wie groß die Überraschung, als wir von Jürgen mit Cremant an Land begrüßt wurden!! Der Pizzaofen von Jan glühte schon fast und brachte dann in kürzester Zeit die mit Hingabe unter Berücksichtigung von Sonderwünschen von Markus belegten Pizzavariationen hervor - hmmm! Auf der Decke auf der Wiese wurde der Krabbelnachwuchs von Christian und Dirk betreut - jeder Gleichstellungsbeauftragten wäre das Herz im Leibe gehüpft...! Gestärkt von einer so liebevoll hergerichteten Mahlzeit ließen wir die Männer mit dem Abwasch zurück und begaben uns freiwillig erneut unter das Kommando unserer Trainer. Die am Vormittag gelernten Manöver wurden nun unter regattaähnlichen Bedingungen geübt und es bestätigte sich die Tatsache, dass segeln können nicht allein in der Bootsbeherrschung liegt, sondern auch in der Fähigkeit Wind zu finden. Dieser verwöhnte uns nicht gerade mit Spritzigkeit, so dass viel Geduld angesagt war. Wer aber das Segeln bei mehr Windstärken kennt, war mit Sicherheit froh, dass der allererste Einstieg so sanft war, denn so ein Laser kann bei viel Wind ganz schön zickig sein, obwohl es "der" Laser heisst (Klischee s.o.)

Beim Abendessen war die Welt dann wieder in Ordnung: MANN bediente den Grill - FRAU hatte Salat mitgebracht! Ein erster Trainingstag ging harmonisch zu Ende.

Der Sonntag begann mit einem ausgedehnten, gemütlichen Frühstück - die Forderung des am Vortags zu spät gekommenen Trainers, PÜNKTlich auf dem Wasser zu erscheinen, wurde irgendwie überhört: Klar, er hatte ja vorher nicht gepfiffen :-)

Aber zum Segeln waren wir gekommen und segeln wollten wir auch, zumal der Wind sich schwach lebhaft ankündigte. Also: Mast in das Segel eintüten, Mast aufs Boot, wie war das dann noch mit der Strippenführung, rein in den Neo und raus aufs Wasser. Wie bestellt wehte der Wind für das vertiefende Training am Sonntag spürbar mehr, teilweise sogar so, dass auch Kenterungen "geübt" werden konnten. Nun hiess es auf der Kreuz: Rein in die Fussgurte und ausreiten! Und vor dem Wind: Mit Gefühl schiften und alles Gewicht so schnell wie möglich auf die andere Seite. Die Quittung für Flüchtigkeitsfehler, die der schwache Wind vom Vortag geduldet hatte, bekamen wir jetzt hautnah zu spüren.

Erbarmungslos die Trainer:

Pfiff - Halse!

Pfiff - Wende!

Und wenn der Wind besonders gut kam, hiess es sammeln und im Pulk an der Tonne oder Startlinie warten. Zum Zeitvertreib wurde zwischendurch "Jägerball" gespielt, und ehe wir uns versahen war schon wieder Zeit für die Mittagspause: Diesmal zwar ohne Cremant, aber mit köstlichem Flammkuchen der männlichen Versorgungsbrigade!

Während dieser Pause warfen wohl etliche Frauen einen verhaltenen Blick auf den Weiher, der urplötzlich von ziemlichem Böen aufgemischt wurde. Vielleicht doch noch Cremant erbitten wegen Mut oder so.....?

Pause zu Ende - Windböen vorbei! Aber immerhin noch mehr als am Vormittag. Konnten wir nun unser Schiff einigermaßen beherrschen? Bootsbeherrschung heisst ja auch, nach dem Kentern aufrichten, sortieren und weitersegeln! Und zum guten Schluss wurde noch rückwärts gesegelt - Gott sei Dank ohne einparken zu müssen (Klischee s.o.)

Es machte am Ende so richtig Spass, mit dem einigermaßen vertraut gewordenen Boot zu segeln und so waren sich nach Abschluss des Trainings alle einig: "Das da machen wir im nächsten Jahr wieder!"

Leider verlief sich nach dem Schiffsabbau alles sehr schnell, so dass es einen richtig gemeinsamen Abschluss nicht gab. Wär sicher für die Trainer und Organisatoren interessant gewesen zu erfahren, was gut war, was hätte besser sein können. Sind die Erwartungen erfüllt worden oder gibt es Bereiche, die beim Training verstärkt berücksichtigt werden sollten? Wo finden interessierte Frauen Ansprechpartner für weitere Segelaktivitäten?

Ich hoffe, im Namen aller Beteiligten zu sprechen, wenn ich sage, dass sich Organisation und Mühe gelohnt haben, dass wir uns gut betreut durch die Trainer und -rin gefühlt haben und so richtig gut versorgt vom Catering-Service - Danke für ein schönes Segelwochenende!

Anne Nehrenberg