

Liebe Sportler,

wie auch in den vergangenen Jahren wird unser Sport-Trainingslager in den Maiferien auch 2025 wieder stattfinden – diesmal geht es erneut nach Plau am See!

Nach den erfolgreichen Trainingslagern der letzten Jahre wohnen wir diesmal erstmals in neuwertigen Ferienhäusern im "Hafennest" von Plau, die direkt am Wasser liegen und uns eine perfekte Trainingsumgebung bieten.



Dieses Trainingslager wird sich in erster Linie dem Sport- und dem Regattasegeln widmen. Geplant sind intensive Wasserstunden, Theorie-Einheiten zur Regelkunde sowie Vor- und Nachbesprechungen der Trainingseinheiten. Videoanalysen werden uns helfen, das Gelernte zu vertiefen.

Es spielt keine Rolle, ob ihr gerade die ersten Schritte Richtung Opti C macht, den Übergang in Opti B plant oder euch in Opti A z.B. für eine Deutsche Meisterschaft vorbereitet – das Trainingslager fokussiert sich auf Regattasegeln. Natürlich kommt auch der Spaß nicht zu kurz!

Frühspport, ein kleines Zirkeltraining oder auch Vorträge über eine gesunde Ernährung (wie füllt Mama nächstes Mal meine „Fresstone“ für eine Regatta, damit ich fit und konzentriert bleibe) gehören ebenfalls dazu!

Zum Abschluss der Woche haben wir ein Highlight: Vor Ort findet der 20. Plauer Opti Cup statt, ausgerichtet vom Plauer Wassersportverein e.V., bei dem die Teilnehmer des Trainingslagers herzlich eingeladen sind, ihr Können unter Beweis zu stellen!



Dieser Cup ist seit Jahren bei den Kids besonders beliebt, er bietet reichlich Sonderpreise sowie viele tolle Überraschungen für einen Großteil der Segler und nicht nur für die Erstplatzierten. U.a. wurden die letzten Jahre Fußbälle in die Teilnehmermenge geworfen oder hochwertige Hoverboards verlost.

Sobald das Meldefenster (unter Manage2Sail) für die Regatta geöffnet ist, informieren wir euch gerne; die Anmeldung erfolgt individuell.

Anreise: Sonntag, 25. Mai, gegen Mittag. Wer von euren Eltern einen Clubtrailer nach Plau hin- oder zurückziehen kann, vermerkt dies bitte unbedingt auf dem Anmeldebogen! Ohne Trailer-Ziher geht es bekanntlich leider nicht.

Kosten: Die Teilnahmegebühr für das Trainingslager beträgt ca. 550 € pro Person und wird nach der Reise per Lastschrift vom BSC eingezogen.

Abreise: Sonntag, 01. Juni 2025, nach der letzten Wettfahrt (gegen späten Nachmittag).

Bitte meldet euch verbindlich bis spätestens 31.12.2024 mit dem beigefügten Anmeldeformular unter: training@bsc-hamburg.de an. Für Rückfragen oder weitere Informationen steht euch Falco gern unter der Nummer 040-88941797 zur Verfügung.

Vor der Reise erhaltet ihr noch ausführliche Infos zum genauen Ablauf.

Mit sportlichen Grüßen und Ahoi,

euer BSC Trainer-Team



Anmeldung zum Trainingslager „Plau am See“

Hiermit melde ich meinen Sohn / meine Tochter

Vorname _____
Name _____
Straße _____
Ort _____
Geburtsdatum _____

Bitte passendes ankreuzen:

Ich kann einen Trailer ziehen: Ja _____ Nein _____

Ich verfüge über einen Dachgepäckträger und kann ein Boot transportieren: Ja _____ Nein _____

zum Trainingslager des Blankeneser Segel-Club e.V. in Plau am See verbindlich an.

Die Kosten von ca. € 550,- (pro Teilnehmer) werde ich nach Aufforderung auf das Konto des BSC überweisen bzw. werden vom BSC per Lastschrift nach vorhergehender Info eingezogen.

Kontaktdaten des Erziehungsberechtigten

Vorname _____ Name _____
Straße _____ Ort _____
Telefon _____

Hamburg, den _____

Unterschrift _____

Den Anmeldebogen bitte per Mail an: Training@bsc-hamburg.de senden