

Winter ade! Leinen los für die Jugendgruppe des BSC!



Das Jahr 2014 hat für unsere jungen Segler schon längst begonnen. Seit Januar waren die Kinder des BSC wieder jeden Samstag beim Training. Nein, natürlich noch nicht segeln, aber zum Segeln brauchen unsere

jungen Sportler auch theoretische Kenntnisse und auch die nötige Kondition. Die Jugendgruppe des BSC paukte wie in der Schule Vorfahrtsregeln,



Knoten, Aufbau der Boote. Sowohl die Besatzungen der

Cadets, der Optis und auch der 420iger waren hier beim Theorieunterricht eifrig dabei. Dabei wurden zwei Gruppen gebildet – die eine Gruppe bildeten die Bootsklassen Cadet und 420iger, die zweite Gruppe waren die Optis. Trainer Andreas Feistel unterrichtete erst die eine Gruppe in Regelkunde und Boots Aufbau, während die zweite Gruppe von Sylke Helfrich in Knotenkunde unterwiesen wurde. Nach ca. einer Stunde wurde gewechselt. Alle Kinder waren mit Freude dabei. Nach einem kleinen und stärkenden Mittag fuhren alle Kinder und der Trainer in die Schwimmhalle nach Bautzen. An dieser Stelle möchten wir den Eltern

danken, die die Kinder ebenfalls mit in die Schwimmhalle gefahren haben, denn mit zwei Autos wäre das nicht zu bewältigen



gewesen. In der Schwimmhalle arbeiteten die Kinder jede Woche hart an ihrer Fitness. Kraft, Ausdauer und Technik wurden hier im Wasser von den BSC Kindern trainiert. Die Kinder konnten ihre Leistungssteigerungen von Woche zu Woche selber sehen, denn jedes Training begann mit einem Ausdauerschwimmen auf Zeit. Jedes unsere Kinder, ob nun unsere Jüngsten aus dem Opti -

Bereich oder die Großen z.B. vom 420iger, konnte hier einen Leistungszuwachs selbst feststellen.

Nach zwei Stunden Schwimmhallen-training war es für die Jugendgruppe des BSC vollbracht.

Es war Wochenende!



So vorbereitet kann die Segelsaison für unsere Jugendgruppe kommen.

Sport frei!