

SEGELSPORT
DEUTSCHLAND



DEUTSCHER
SEGLER-
VERBAND

PLUS: DIE
BESTEN SPOTS
IN DEUTSCHLAND

FASZINATION WINDSURFEN

LERNEN

Gemeinschaft genießen
Verein lohnt sich!

LEIDENSCHAFT

Freiheit, Natur, Herausforderung –
warum wir diesen Sport lieben

LEISTUNGSSPORT

Lena Erdil und Sebastian Kördel
über ihren Weg zu Olympia 2024

INHALT

04-07 WINDSURFEN FOREVER

Freiheit, Gemeinschaft, Herausforderung,
Entspannung – sechs Frauen und Männer
schwärmen für ihre Sportart

VEREIN LOHNT SICH!

Einstieg leicht gemacht: Wer das Wind-
surfen lernen möchte, ist in einem der
zahlreichen Clubs gut aufgehoben

08-09

10-11 SPOTS FÜR EINSTEIGER

Nordsee, Ostsee oder Binnensee –
Revier-Tipps für sichere Übungsstunden
mit viel Spaß

DIE DISZIPLINEN

Raceboard, Foil-Racing, Slalom, Waveriding,
Freestyle oder Speedwindsurfen –
hier geht's zur Sache

12-13

14-15 REGATTASZENE

Wettfahrten für jeden, Materialvielfalt
und der Weg in einen Leistungskader
des Deutschen Segler-Verbands

IM TEAM ZUR MEDAILLE

Lena Erdil und Sebastian Kördel
sprechen im Interview über ihre
Olympiakampagne für die Spiele 2024

16-19

Titel: Michael Maeyer – Fotos: Darby Industries, DWSV, Henning von Jagow, Thomas Schommler



Windfoiling ist die modernste Form
des Windsurfens und ab 2024 erst-
mals olympisch für Frauen und Männer

GESTERN, HEUTE, MORGEN

GEBURTSTUNDE

Schwere Flöße mit dreiecki-
gen Tüchern transportierten
einst Lasten. In den 60er
Jahren des 19. Jahrhunderts
entwickelte der US-Ame-
rikaner Darby ein breites
Sailboard, angetrieben von
einem symmetrischen Segel –
Windsurfen for fun.



BOOM

1969 konzipierten die Ameri-
kaner Drake und Schweitzer
ein asymmetrisches Segel
und montierten es auf einem
Wellenreitboard mit Steck-
schwert. Der Windsurf-Markt
boomte. Rechts eine gut be-
suchte Test-Veranstaltung in
den 80er Jahren auf Fehmarn.



HIGH-TECH

Heute gibt es Boards passend
für alle Windbedingungen,
Vorlieben, Könnensstufen und
Geldbeutel, für Frauen und
Männer, Kinder und Jugend-
liche. Glasfaser, Carbon und
Alu dominieren das Material,
die Segel sind Flügeln ähnlich
und aus Hightech-Folie.



ZUKUNFT

Foilen und Wing-Surfen sind
nicht mehr wegzudenken. Beim
Foilen schweben Board und
Besatzung über dem Wasser,
beim Wing-Surfen ersetzt ein
freischwebender, aufblasbarer
Flügel das Segel. 2022 gibt es
hier die erste offizielle Deut-
sche Meisterschaft.



Freiheit, Natur, Entspannung, Herausforderung, Lebensphilosophie – das alles ist **Windsurfen**. Sechs Frauen und Männer beschreiben ihre ganz **persönliche Faszination** und sind sich in einem einig:

WINDSURFEN *FOREVER*

1

HERAUSFORDERUNG UND *HOCHGEFÜHL* ZUGLEICH

„Ich bin in Aschaffenburg aufgewachsen – nicht unbedingt ein Eldorado für Wassersportler. Bei einem Urlaub in Marokko hat es dann gefunkt zwischen mir und dem Windsurfen. Von dem Moment an stand ich jede freie Minute auf dem Board. Und nach einem halben Jahr in Spanien – morgens Schule, nachmittags auf dem Wasser – war klar: **Windsurfen soll zu meinem Alltag gehören**. Ich möchte Leistungssportlerin werden! Beim World Cup auf Sylt sammelte ich erste Eindrücke in der Szene – echt anspruchsvoll, aber auch genau die Herausforderung, die ich wollte. Inzwischen ist meine große Leidenschaft die Disziplin Waveriding. Jede Welle fordert mich, jede Welle fasziniert mich. Mit jeder Welle, die sich über viele Kilometer aufgebaut hat und gerade jetzt hier bricht, werde ich zu einem Teil der Natur und passe mich ihr an. Da ist Flexibilität gefordert. Wie bei allen anderen Windsurf-Disziplinen auch. Diese perfekte Mischung aus Herausforderung, Anstrengung, Hochgefühl und Freiheit – das ist meins, das spornt mich an, zu mehr Leistung und zu noch besseren Moves.

Lina Erpenstein, 24, studiert Humanmedizin und surft bei internationalen Regatten – nur beides zusammen macht sie glücklich

Lina Erpenstein vor El Cabezo in El Médano auf Teneriffa



2

GEMEINSAM
SCHWÄRMEN

”Für mich ist das Windsurfen keine reine Individualsportart. Das Gemeinsame im Verein gehört einfach dazu. Als Zwölfjährige besuchte ich eine Surfschule am Dümmer und habe sofort Feuer gefangen. Und da ging es nicht nur um dieses tolle Erlebnis auf dem Wasser. Nein, gerade im Verein triffst du immer Menschen, die gemeinsam mit dir schwärmen, und die immer gute Tipps haben. **Zusammen trainieren, zu Regatten fahren, grillen, zelten** und so vieles mehr. Immer kannst du Material ausprobieren, der Verein stellt einiges zur Verfügung, nicht nur, wenn du leistungsorientiert surfen möchtest. Neben dem Regattasport habe ich mein Herz für die Trainerarbeit entdeckt und zeige Kids zwischen sieben und elf Jahren, wie es geht, und wie viel Spaß es macht – das Windsurfen!

Louisa Moldenhauer, 18, ist Mitglied im Windsurfing Club Dümmersee in Hude, liebt das Surfen, lässt sich aber gerne auch mal auf einem Wakeboard vom Boot ziehen



3
EINMAL
IMMER
WINDSURFER
WINDSURFER

”Du hältst den Wind in deinen Händen. Direkter geht es gar nicht. Das ist eine Herausforderung an dein Gespür für die Elemente. Mit diesem **Gefühl von Freiheit auf dem Wasser** bin ich aufgewachsen, und ich liebe es noch heute!

Dr. Dirk Meyer, 61, Facharzt für diagnostische Radiologie und Intervention in Berlin ist zweifacher Olympiateilnehmer im Windsurfen und holte 2019 in seiner Altersklasse den WM-Titel auf dem Windsurfer LT

Fotos: Andrea Mochen, Michael Maeyer, privat



5

4
AM
SURFEN
LIMIT

”Beim Speedwindsurfen reizen mich nicht nur die **extremen Geschwindigkeiten von bis zu 80 km/h**. Extrem ist auch die präzise Vorarbeit für so einen Sprint. Das Feilen am Material, daserspüren der passenden Böe, der richtige Winkel zum Wind. Der muss genau stimmen, da machen zwei, drei Grad schon einen gewaltigen Unterschied aus bei der Zeitmessung. Und oft haben wir nur ein kleines Zeitfenster von drei Stunden für unsere Rennen. Das ist wirklich herausfordernd für den Körper und für die Konzentration. Doch genau das reizt mich und macht Spaß.



Gunnar Asmussen aus Flensburg, 42, wurde 2021 Deutscher Meister im Speedsurf

SPORT MIT
SUCHTFAKTOR

”Überall auf der Welt findest du neue Spots. Überall gibt es etwas zu lernen. Und **überall triffst du neue Menschen aus aller Welt**. Mein Tipp: Unbedingt ausprobieren!

Wolfgang Strasser, 54, hat eine Windsurfschule in Griechenland, organisiert Reisen und ist mehr als 200 Tage im Jahr auf dem Wasser. Dann und wann auch auf seinem Heimatrevier, dem Chiemsee in Bayern, bei Schnee und Kälte



6

MIT DER
NATUR
LEBEN

”Ich bin mit Leib und Seele Ärztin. Doch mein Herz schlägt auch für das Windsurfen in der Welle. Und wenn möglich, richte ich meine Freizeit und meine Urlaube komplett danach aus. In unserer Familie drehte sich schon immer vieles um Wind, Wasser, Segeln und Surfen. Ich bin auch Regatten im Opti, 420er und 49er gesegelt. Doch während des Studiums zeigte sich, wie viel flexibler man mit einem Waveboard ist: **das Material rauf aufs Autodach oder rein in den ausgebauten Bus und los geht's** nach Grönwohld, Fehmarn, Klittmøller in Dänemark oder nach Sardinien. Wir fahren möglichst dorthin, wo gerade der richtige Wind weht für gute Wellen. Für dieses irre Gefühl, draußen auf dem Wasser die Formationen zu beobachten und dann eins zu werden mit der Welle, sich tragen zu lassen, auch mal durchgewaschen zu werden. Zu mir gehört auch das Leben am Spot: Dort treffe ich tolle Menschen, die alle dasselbe lieben. Beim Windsurfen finde ich Ausgleich, ich kann runterfahren, kurz gesagt: einfach Spaß haben. Das steht für mich im Vordergrund – Regatten brauche ich gerade nicht.

Theresa Köhnlein, 30, lebt und arbeitet in Kiel an der Ostsee (mit ihren eher kurzen Wellen)

VEREIN LOHNT SICH!

Du bist fasziniert vom Windsurfen? Dann such dir einen Verein und leg los. In vielen **DSV-Clubs** und lizenzierten **Windsurf-Schulen** bieten geschulte Trainerinnen und Trainer Kurse für **jedes Alter und alle Könnensstufen** an

Egal, wo du wohnst, ob im Norden, Süden, Westen, Osten – überall in Deutschland kannst du das Windsurfen lernen. In Bayern zum Beispiel sind Einsteiger auf dem Gelände des Regatta-Surfclubs Chiemsee immer willkommen. Surfbretter, Masten, Gabeln, Segel, aber auch Neoprenanzüge und Schuhe in verschiedenen Größen liegen bereit. „**Kein Interessent muss sich sofort alles kaufen**“, sagt die Club-Vorsitzende Burgi Stadler. Kinder, Jugendliche und Erwachsene üben auf den vereins-eigenen kippstabilen Anfängerboards – unter der Anleitung von erfahrenen Coaches. Nach dem Training gibt es oft Regatten. Alle surfen in einem Feld – verrechnet wird am Ende. „Spielerisch und mit Spaß werden so alle an Wettfahrten herangeführt“, sagt Burgi Stadler. Doch damit hört die Betreuung von Einsteigern und Fortgeschrittenen nicht auf. Intensive Trainings, gemeinsame Fahrten

zu Regatten, finanzielle Unterstützung, Trainingslager, aber auch Ferienfreizeiten und Wochenend-Camps – diese und andere Angebote haben neben dem Regatta-Surfclub viele DSV-Vereine im Programm.

TEAMWORK

So erlebt es auch Robin Rockenbach vom Windsurfclub Saar am Bostalsee. Der 20-Jährige segelte viele Jahre erfolgreich, bevor er vor drei Jahren aufs leistungsorientierte Windsurfen umstieg. Gerade hat es der Student mit Unterstützung von Sponsoren und seinem Verein geschafft, iQFOiL-Re-

gattamaterial anzuschaffen. „**Ohne die Gemeinschaft des Clubs läuft eigentlich nichts**“, fasst Robin seine Erfahrungen zusammen.

Der Teamgedanke bezieht sich am Bostalsee im Saarland nicht nur aufs leistungsorientierte Windsurfen. Neben Ausbildung und Clubregatten „gehören zum Konzept auch ganz praktische Vorteile“, erklärt Alex Lippert, Vorsitzender des WSC Saar: „Unsere Mitglieder nutzen zum Beispiel für wenig Geld unseren Surfpool mit Boards und Riggs und erhalten Vergünstigungen beim Nutzungs-entgelt für den See.“



Nachwuchssurfer Robin Rockenbach vom WSC Saar hängt im Trapez

GUTE TIPPS, NEUE FREUNDE

Wer im Verein das Windsurfen lernt, kann später oft auch das eigene Board vor Ort deponieren. So hält der Windsurfing-Verein Berlin, der älteste Windsurfclub der Welt, in seinem Vereinsschiff „Windanna“ im Untergeschoss drei Gänge mit Regalen und Schließfächern für Boards und Riggs bereit. Das sei perfekt, findet Jakob Ditzen. „**Alles liegt bereit, und du kannst einfach durchstarten**“, sagt der 17-jährige Schüler, der auch als Übungsleiter und Jugendsprecher im WSeV engagiert ist. Und was zieht ihn und andere junge Erwachsene sonst noch in den Verein? Insbesondere das intensive Regattatraining („das kann man sich nicht selbst beibringen“), aber auch die Community an sich. „Es ist immer jemand da, der dir hilft oder Tipps gibt.“ Nach einer Runde auf dem Wasser gibt's im Clubraum ein Getränk,

Fotos: Sascha Klahn, privat



Gemeinsam lachen, gemeinsam lernen – von den Jüngsten bis zum Erwachsenen findet jeder das passende Angebot

DAS IST SONST NOCH WICHTIG

Alternativen

... bieten auch die sogenannten **Schul-AGs**. In vielen allgemeinbildenden Schulen gibt es „Windsurfunterricht“ am Nachmittag. Die Sportlehrerinnen und -lehrer werden oft von lizenzierten Trainerinnen und Trainern aus DSV-Vereinen unterstützt. Viele Gemeinden und Städte haben im Rahmen von **Ferienfreizeiten und -programmen** angeleitete Kurse und Schnuppereinheiten im Programm. Fragt in den Gemeinden nach. Und dann gibt es natürlich jederzeit die Möglichkeit, **im Urlaub einen Surfkurs** in einer Windsurfschule zu buchen.

Führerschein

... macht Sinn. Du kannst auf deinem Board schon Höhe halten und eine Wende fahren? Dann ist es Zeit für den **Windsurfgrundschein**. Mit diesem Zertifikat kannst du dich **für Regatten melden oder im Urlaub Material leihen**. Außerdem ist er auf einigen Revieren in Deutschland Voraussetzung, um aufs Wasser gehen zu dürfen. DSV-lizenzierte Ausbilder nehmen die Prüfung in Vereinen, in anerkannten Windsurfschulen oder in Schul-AGs ab. Die Prüfung ist zweigeteilt (Praxis/Theorie). Für Youngster (7 - 13 Jahre) gibt es einen vereinfachten Test und den Windsurfgrundschein für Kids.

Debatten über die Wahl des Segels oder die Planung der nächsten Wettfahrten. Und wenn mal kein Wind weht, dann bieten die meisten Vereine spannende Alternativen: Neben Klönschnack und Fachsimpelei gibt es meist SUP-Boards, manchmal Kajaks und Kanus und oft Grillabende oder gemeinsames Kochen.

Ihr sucht einen Verein in eurer Nähe, der Windsurfen anbietet? Wir unterstützen euch bei der Suche. Schreibt einfach eine Mail an surfen@dsv.org oder ruft uns an unter 040 632009-74



Jakob Ditzen vom Windsurfing-Verein Berlin liebt Regattatraining und die Arbeit als Übungsleiter



SPOTS FÜR EINSTEIGER UND AUFSTEIGER

Gerade zu Beginn einer Windsurfkarriere sind der lokale See und das Vereinsrevier die beste Gelegenheit, um ohne weite Anreise möglichst häufig und möglichst sicher aufs Wasser zu kommen. Dort kennt ihr das Gewässer und die anderen Windsurferinnen und Windsurfer – eine tolle Gemeinschaft, Unterstützung inklusive. Doch irgendwann ist es soweit, dann heißt es: Brett aufs Dach, durchstarten und neue Reviere erkunden!

Gerade Einsteiger sollten bei der Auswahl der Spots einiges beachten.

- **Ein kleines, möglichst stehendes Gewässer ohne Strömung erleichtert das Üben und gibt viel Sicherheit.** Im besten Fall übt ihr in einer abgeschlossenen Bucht – so könnt ihr jederzeit das Ufer erreichen.
- **Als Einsteiger niemals bei ablandigem Wind aufs Wasser.**
- **Ein Sandstrand oder eine Wiese erleichtern den Weg ins Wasser und das Aufbauen.** Viele Clubs bieten Zugang zum Wasser und manchmal Übernachtungsmöglichkeiten.
- **Parkplätze, Sanitäreinrichtungen und ein Imbiss** in der Nähe wären perfekt.
- **Wo genau das Windsurfen erlaubt ist**, ist für jedes Gewässer lokal geregelt. Also unbedingt vorab klären!

FAIR ZUR NATUR

Nur wenige Sportarten sind der Natur so nahe wie das Windsurfen. Umso wichtiger ist es, die Natur zu achten und zu erhalten. Deshalb unbedingt Abstand zu Vogelansammlungen halten und die ausgeschilderten Windsurf-Zonen beachten! In Schleswig-Holstein haben der DSV und Landesregierung eine Vereinbarung zum Schutz von rastenden Meeresvögeln unterzeichnet.

Wir haben hier für euch einige Reviere in Deutschland zusammengestellt. Schaut auf die Karte rechts – es sind Spots in vielen Regionen dabei. Doch es gibt sicherlich noch andere Spots in Deutschland und Europa. Fragt im Verein nach, durchforstet das Internet und die Social-Media-Kanäle nach Spot-Guides (z.B. www.dailydose.de, www.surfsport.de). Schaut auch auf die DSV-Seite – dort findet ihr weitere Tipps zu Spots in Europa, zur Anreise mit dem Flugzeug und vieles mehr. www.dsv.org

Fotos: Henning von Jagow

UNSERE TIPPS FÜR EUCH

NORDSEE

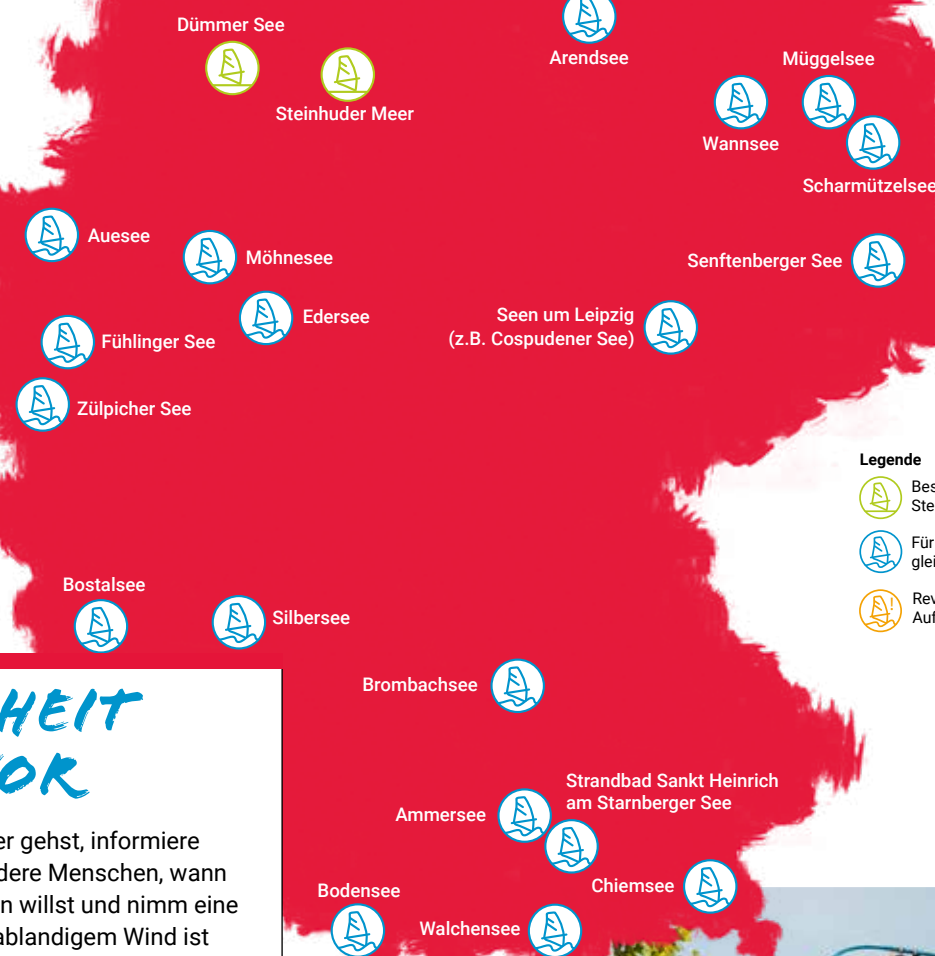
Vor allem für Geübte geeignet. Tide, Wellen und starke Strömungen machen das Revier anspruchsvoll, aber zugleich spannend. Auch im Wattenmeer gilt: Tidenkalender und Strömung im Blick haben, Kontakt zu erfahrenen Locals (z.B. Windsurfschulen) suchen.

Ostfriesische Inseln



BINNENLAND

Unzählige große und kleine Seen in ganz Deutschland bieten tolle Reviere mit guter Infrastruktur.



Legende

- Besonders sichere, weitläufige Stehreviere
- Für Aufsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen
- Reviere für Fortgeschrittene und für Aufsteiger unter Anleitung

OSTSEE

Hot-Spot der deutschen Windsurf-Szene. Tide gibt es kaum, Strömungen sind schwächer ausgeprägt, bei Starkwind können sich Aufsteiger auch schon mal in der Welle ausprobieren.



SICHERHEIT GEHT VOR

Bevor du aufs Wasser gehst, informiere möglichst immer andere Menschen, wann du wieder zurück sein willst und nimm eine Uhr mit. Gerade bei ablandigem Wind ist das wichtig – egal, wie erfahren du bist. Für den Fall der Fälle, dass du nicht aus eigener Kraft zurückkommst: Über die Safe TRX App (Save track) können Seenotretter dich unterwegs schneller orten.

www.sicher-auf-see.de

Grundsätzlich gilt: Bitte immer die aktuellen Bedingungen wie Windstärke und -richtung vor Ort über Wetterdienste abfragen – zum Beispiel über www.windfinder.com.



IN DIESEN DISZIPLINEN KÖNNT IHR EUCH MESSEN



2 SLALOM

Vollgas ist die Devise. Und zwar von der ersten Sekunde an Highspeed, bitte. Bis zu zehn Fahrerinnen und Fahrer starten je Gruppe auf einem Kurs mit drei bis fünf Tonnen, an denen die Richtung gewechselt wird. Die Hälfte kommt in die nächste Runde (Eliminations-System). **Die Wettfahrt endet mit einem mitreißenden Finalrennen.** Actionreiche Positionskämpfe an den Bojen erfordern Können und sind mehr als spannend zu beobachten. Mit Finne oder Foil möglich.



1 RACEBOARD

Der Klassiker mit Schwert und Finne – aber niemals langweilig. Denn diese Form des Regatta-Windsurfens bietet mit seinen verschiedensten Sonderklassen wie **zum Beispiel Windsurfer-LT oder Techno 293** Möglichkeiten für Jung und Alt. Große Felder starten zu mehreren Wettfahrten auf einem abgesteckten Rennkurs. Taktik, Technik und Durchsetzungsvermögen sind gefragt.



6 WAVERIDING

Das richtige Timing. Die perfekte Positionierung. Die Auswahl der besten Welle. Und dann geht's los: **mit der Kraft der Welle spielen, sie elegant abreiten und zum gewagten Sprung nutzen.** In der Brandungszone treffen zwei Waverider im K.O.-System aufeinander, die Jury sitzt am Strand und vergibt Punkte für Loopings & Co. Am Ende folgt das große Finale. Super attraktiv auch für Zuschauer.



5 SPEEDWIND-SURFEN

Wer ist die oder der Schnellste? Hier geht es um die Fertigkeit, **das Material optimal abzustimmen, den besten Winkel zum Wind zu erwischen, und um maximale Geschwindigkeit.** Die mit einer GPS-Uhr gemessene Zeit wird in einem Portal hochgeladen – daraus ergibt sich eine Rangliste. Das Schöne daran? Jeder kann einfach mitmachen! Bei Regatten sausen die Pilotinnen und Piloten so oft sie möchten über eine abgesteckte Strecke. Am Ende zählt die schnellste Zeit.

3 FOIL-RACING

Wer als erstes die Ziellinie überquert, hat gewonnen. Fertig. Doch was sich ganz einfach anhört, erfordert in dieser dynamischen Klasse **viel Taktik, hohe Geschwindigkeiten und schnelle Entscheidungen.** Zeitgleich starten bis zu 80 Windsurfer-

rinnen und Windsurfer auf einem abgesteckten Kurs, der Weg zu den Bojen kann frei gewählt werden. Abgerechnet wird nach zwei bis fünf Tagen und mehreren Rennen. Kraft, Ausdauer und gute Nerven dürfen also nicht fehlen.

Fotos: Valentin Böckler, DWSV, Henning von Jagow, Sascha Klahn, Michael Maeyer

4 FREESTYLE

Ausdrucksstarke Disziplin mit spektakulären Manövern. Im Wettkampf treten immer zwei Windsurfer im K.O.-System gegeneinander an, zeigen möglichst ausgefallene Tricks, Sprünge und Wendungen. Juroren bewerten die Moves, **die Namen wie Bob, Kono oder Culo tragen.** Faszinierend!



REGATTASZENE START FREI

Von der Vereinswettfahrt über Ranglisten, Deutsche Meisterschaften bis zum Worldcup – es gibt Regatten für alle. Ein Überblick

NATIONALE REGATTEN

Vereine Viele Clubs veranstalten Regatten, bei denen alle Teilnehmenden **ins Wettkampfgeschehen schnuppern** können.

Eine Ergänzung zum Vereins-Angebot sind privat organisierte Regatten wie zum Beispiel „Racer of the Sea“ oder „Racer of the Lake“: keine Materialbeschränkungen, für Finne und Foil. www.racerofthesea.de

Raceboard-Regatten Teilnehmerstärkste Ranglistenreihe mit mehr als 20 Terminen in ganz Deutschland. Für den Einstieg in den **ambitionierten Regattasport** geeignet.

Nachwuchsregatten Die Jugendklassen (U17, U15, U13) surfen in einer eigenen Serie auf dem Techno 293.

Windsurf-Bundesliga Vereinstams surfen auf Raceboards in einer Vorrunde um den Einzug ins Deutschland-Finale. In der Nachwuchs-Bundesliga starten Jugendliche unter 17 auf dem Techno 293.

Nationale Serie Deutscher Windsurfcup Der DWC bietet eine **nationale Tour** mit

internationaler Beteiligung in verschiedenen Disziplinen an der Nord- und Ostsee. www.windsurfcup.de

German Freestyle Battles werden von den Aktiven eigenverantwortlich organisiert. www.germanfreestylebattles.de

Speedwindsurfen Jeder kann mitmachen, surft für sich eine Zeit und lädt seine Daten hoch – daraus ergibt sich eine Rangliste. Es gibt auch gemeinsame Wettkämpfe vor Ort und eine offizielle Deutsche Meisterschaft. www.speedwindsurfen.de

Die German Windsurfing Association GWA und die Deutsche Windsurfing Vereinigung DWSV sind die **Windsurf-Klassenvereinigungen** in Deutschland. Sie kümmern sich u.a. um Regatten und Ranglisten. www.dwsv.de
www.germanwindsurfing.de
www.dsv.org

INTERNATIONALE REGATTEN

Olympische Regatten Ab 2024 ist **iQFOiL** die neue olympische Windsurf-Klasse. Die deutsche Regattaszene sowie eine Jugendserie sind im Aufbau. So startet unter dem Dach des DSV ab 2022 die Open Windfoil Youth Tour.

IWA Unter dem Dach der International Windsurfing Association führen verschiedene Klassen Regattaserien durch, zum Beispiel: T293 (Techno 293 Class Association) Regatten für junge Fahrerinnen und Fahrer; IFCA (International Funboard Class Association) Slalom, Wave, Freestyle; IFWC (Formula Windsurfing Class) Regattaserie im Formula-(Foil)-Racing. www.internationalwindsurfing.com

PWA World Tour Profi-Regattaserie. Wave, Freestyle, (Foil)-Slalom. www.pwaworldtour.com

European Freestyle Pro Tour Wettkämpfe für Profis, Freestyle. www.efpt.net

WETTKAMPFMATERIAL

Techno 293

Robustes, unkompliziertes Jugendbrett mit Klapp-Schwert und Mastschiene, anfängergeeignet, in vielen Vereinen vorhanden. Ab 2022 internationale und nationale Meisterschaftsklasse U13, U15. Drei Segelgrößen.

Raceboard

Robustes Board für Erwachsene mit ausklappbarem Schwert, oft in den Vereinen vorhanden, neu relativ teuer, verschiedene Anbieter, lange haltbar. Rege Regattaszene. Segelgröße: Männer 9,5 m², Frauen 8,5 m².

Foil-Board

Die dynamischen Boards sind eher kurz und breit, haben ein Foil. Für Fortgeschrittene. Segelgröße: Männer max. 10 m², Frauen/Jugend max. 9 m² (olympische iQFOiL-Klasse: Männer 9m², Frauen/Jugend 8m²).

Open Windfoil Youth

Offene Variante für Jugendliche (U17/U19) – Board-, Foil- und Segel-Maße sowie das Material sind nur in einem gewissen Rahmen festgelegt, was einen leichteren Wechsel in diese Klasse ermöglicht.

Shortboard

Kurze, schmale Bretter, weniger Volumen, nur mit Finne – werden für Sprünge, Wellenritte, Tricks und High-Speed genutzt. Für Fortgeschrittene, die Spaß an einer speziellen Disziplin haben.

FAMILIE, VEREIN, VERBAND – DAS TEAM IM LEISTUNGSSPORT

Vom Steppke auf Vaters Board zum Kader-Windsurfer – **Leo, 17, und Anton Richter, 15,** aus Kiel trainieren seit 2020 im Landeskader Schleswig-Holstein und haben große Ziele

Einen Windsurf-Kurs haben die Brüder Leo und Anton Richter nie besucht. Ihre Privatlehrer in Kindertagen waren Mutter Nadja und Vater Philipp Richter, der lange Zeit selbst als Windsurfer durch die Welt reiste. Der Wassersport mit Brett und Rigg gehörte zum Familienleben schon immer dazu. Bereits als Sechsjährige standen die Richter-Jungs im Dänemark-Urlaub erstmals auf dem Board – einem Fanatic Ripper mit 120 Liter Volumen, daran erinnert sich Leo noch.

Jede Menge Regattaerfahrung sammelten die Brüder bis zum elften Lebensjahr beim Segeln im Optimisten. „Im Verein habe ich die perfekte seglerische Grundausbildung genossen“, sagt Anton, „und insbesondere viel über die Taktik bei Rennen gelernt“. Doch für beide Jungs gilt: Ihr Herz schlug immer für das Windsurfen, „da bist du viel direkter dran am Wind und am Wasser, bist schneller eins mit der Natur und viel agiler mit dem Material“, erklärt Leo. Nationale und internationale Regatten auf dem Techno 293 in den Disziplinen Racing und Slalom, aber auch manövrierorientierte Events in der Brandung – die Brüder haben vieles ausprobiert und sich inzwischen für

den Weg in den Leistungssport entschieden. Anton ist eher in Sachen Welle unterwegs, liebt Manöver in der Brandung. Im September 2021 gewann er im dänischen Klitmøller den Jugend-World-Cup in der U-17-Wertung. „Vorerst möchte ich weiter alle Disziplinen surfen und mich dann später auf eine festlegen“, sagt der Jüngere.

EFFEKTIV UND MOTIVIEREND – TEAMARBEIT MACHT SPASS

Sein Bruder Leo hat sich entschieden und fokussiert sich auf das FOiL-Windsurfen. Starts auf deutschen und europäischen Gewässern, Trainingseinheiten und -camps – „das alles funktioniert nur, weil wir viel Unterstützung haben“, weiß Leo. Da sind die Eltern, die fördern, finanzieren und immer bereitstehen. Da sind mit dem Kieler Yacht-Club und Surf Club Kiel Vereine, die die Leistungssport-Ambitionen mit Trainings-Knowhow und Material beim Einstieg in den Regattasport unterstützen. Und da ist der Deutsche Segler-Verband mit seiner nationalen Förderstruktur und den Leistungsklassen, den sogenannten Kadern: 2020 berief der Segler-Verband Schleswig-Holstein Leo und Anton in den regionalen Kader. Zwei

Trainingseinheiten pro Woche stehen am Olympiastützpunkt in Kiel-Schilksee auf dem Stundenplan – mal Arbeit auf dem Wasser, mal im Kraftraum. Technik- und Taktiktraining, Trimmen, aber auch das Thema Materialpflege gehören für die zehnköpfige Gruppe unter der Führung von erfahrenen Trainerinnen und Trainern dazu. „Die Arbeit im Team ist super effektiv, motivierend und bringt Spaß“, sagt Leo. Die nächsten Ziele auf der sportlichen Karriereleiter? Im Landeskader bleiben und dann möglichst über die regionale Ebene hinaus in den nationalen DSV-Nachwuchskader kommen. Da sind sich die Brüder einig.



Sie haben das Segeln im Optimisten gelernt. Aber ihr Herz schlägt für das Windsurfen: Anton (l.) und Leo Richter

Ihr könntet euch auch einen Weg in den Leistungssport vorstellen? Dann spricht mit euren Vereinstrainern. Sie stehen in Kontakt mit den Landesseglerverbänden, melden euch gegebenenfalls für Sichtungslerngänge und Pflichtregatten an. Mehr Informationen zum DSV-Kader-System: www.dsv.org/leistungssport



„OHNE TEAM BIST DU NICHTS“

Bisher surften **Lena Erdil**, 32, und **Sebastian Kördel**, 30, als Profis auf der **PWA World-Tour**. Jetzt möchten sie 2024 für Deutschland eine **olympische Medaille** gewinnen. Im Interview sprechen sie über ihre Erwartungen

Lena und Sebastian, warum startet ihr gerade jetzt in eine Olympiakampagne?

Sebastian Kördel: Weil es endlich die Chance gibt, bei den Spielen auf Material zu surfen, das richtig Spaß macht. Mir

war es in meiner Karriere immer extrem wichtig, Spaß zu haben, wenn ich aufs Wasser gehe. Denn um gut zu werden im Windsurfen, musst du jede Menge Lebenszeit investieren ... und das geht

nur mit ganz viel Herzblut. Bei den Spielen in Paris starten wir dann endlich in einer Klasse, die dynamisch und schnell ist – das wollte ich mir auf keinen Fall entgehen lassen.

Ab 2024 ist iQFOiL die neue Olympische Windsurfklasse für Frauen und Männer und löst das RS:X-Board und -Material ab...

Lena Erdil: Zum Glück ist die Entscheidung so getroffen worden. Sonst wäre eine Olympiakampagne für mich niemals in Frage gekommen. Aber beim Foilen kann ich mich auf einem neuen Spielfeld beweisen. Ich liebe es, etwas zu lernen, und mich dann auch mit anderen zu messen. Nicht, dass es mir im Worldcup langweilig geworden ist, nein. Aber olym-

pisch unterwegs zu sein, das ist schon etwas ganz Besonderes und weltweit anerkannt.

Was genau erwartet ihr – wie wird sich euer Leben und euer Training verändern?

Lena Erdil: Bei der Olympiakampagne bin ich zum ersten Mal Teil eines echten Teams, mit dem ich aufs Engste zusammenarbeite. Ich gehöre jetzt zu einem Verein, zu einem Verband, zum German Sailing Team ...

Sebastian Kördel: ... was echt ein cooler Gedanke ist. Das macht mich schon irgendwie an ...

Lena Erdil: Mich auch. Dieser Teamgedanke hat mich schon während der Spiele in Tokio berührt. Und als ich Tina und Sani (Tina Lutz und Susann Beucke gewannen 2021 olympisches Silber im 49erFX, Anmerkung der Redaktion) auf dem Podium gesehen habe, musste ich mit weinen. Und ich habe gedacht: Ja, das gibt Kraft und Vertrauen, es selbst auch schaffen zu können. ➔

➔ Mit einem kompetenten und professionellen Team an meiner Seite, das mich technisch, logistisch, physisch, mental, oder wo auch immer Bedarf ist, begleitet.

Sebastian Kördel: Diese intensive Form der Unterstützung kenne ich auch noch nicht. Im Worldcup habe ich immer eigenverantwortlich ohne Coach gearbeitet. Das war gut so, hat aber auch seine Grenzen. Diese neuen Strukturen und die gezielte Förderung durch den Deutschen Segler-Verband habe ich im Herbst 2021 schon erfahren können: Da waren beim Training Coaches auf einem Boot dabei, und anschließend haben wir bei den Videoanalysen alles im Detail besprochen. Super effektiv. Ich freue mich schon darauf, wenn ich künftig auch zwischen den Rennen einen Gesprächspartner habe: Was ist da gerade gelaufen, wie waren die Winddreher, was hätte ich besser machen können?



Lena Erdil und Sebastian Kördel gewannen 2021 die ersten Deutschen Meistertitel im iQFoil.

Was bringt ihr an Erkenntnissen aus dem Worldcup mit, die euch jetzt helfen könnten?

Lena Erdil: Ich bringe schlicht und ergreifend jede Menge Erfahrung mit, im Wettkampf, im Training, in allen Tiefen und Höhen des Lebens einer leistungsorientierten Sportlerin. Diese Olympiakampagne wird meine einzige sein, für mich gilt: jetzt oder nie. Bei mir stehen keine anderen Dinge im Raum, ich stelle mir bestimmte Fragen nicht wie vielleicht mit Anfang 20 noch: Was studiere ich, oder was will ich beruflich machen. Nebenher arbeite ich festangestellt

im Online-Marketing, das funktioniert immer, egal, wo ich trainiere.

Sebastian Kördel: Im Worldcup bin ich schon Vize-Weltmeister geworden. Ich war also schon mal fast ganz oben und weiß, was es braucht, um dort hin zu kommen. Und dort zu bleiben. Ich weiß, dass ich als Leistungssportler Einsatz bringen und

Durchhaltevermögen zeigen muss. Ich weiß, worauf ich vor intensiven Trainingseinheiten und Regatten verzichten sollte, und wie ich den Wettkampfmodus halten kann. Und ich habe gelernt, mit Druck gut umzugehen, um nicht mental einzuknicken.

Sorry, aber um diese Frage kommt ihr nicht herum: Welches Ziel habt ihr euch gesetzt für die Spiele 2024?

Sebastian Kördel: Ganz klar: Wenn ich mich qualifiziert habe, dann möchte ich

auch eine Medaille gewinnen. Grundsätzlich sollte man als Sportler immer nach dem Sieg streben.

Lena Erdil: Ohne Selbstbewusstsein läuft nichts. Das sehe ich auch so. Zweiter ist der erste Verlierer. Das war ich so oft, ich weiß, wovon ich rede. Also: Ich möchte Gold gewinnen. Klar, ich werde jetzt an dieser Ansage gemessen, aber es ist doch kein Verbrechen, die Beste sein zu wollen.

Viele junge Menschen träumen von einer Karriere im Windsurfen. Was würdet ihr ihnen mit auf den Weg geben wollen?

Lena Erdil: Windsurfen ist kein ganz einfacher Sport. Deshalb solltest du persönlich

unbedingt Biss mitbringen. Am Anfang lernt man ja relativ schnell, ein wenig hin und her zu surfen. Doch es dauert schon eine Weile, bis man ins Gleiten kommt und so richtig Spaß hat. Dann geht's erst richtig los.

Sebastian Kördel: Es ergibt auf jeden Fall Sinn, insbesondere im Hinblick aufs Foilen und Olympia, ganz klassisch den Weg über die Vereins- und Verbandsstruktur zu gehen. Dort bekommst du anständiges Training. Und das mit dem Biss stimmt: Du musst dranbleiben, bei Rückschlägen weitermachen. Du wirst interessante Menschen treffen, die genauso sind. Von ihnen kannst du lernen. Und sie alle lieben, was sie tun.

Könnt ihr euch ein Leben ohne Windsurf-Wettkämpfe vorstellen?

Sebastian Kördel: Ich bin glücklich und zufrieden mit der Ausrichtung meines Lebens so wie es gerade ist. Da denke ich gar nicht über etwas anderes nach. Und später wird sich dann eine Tür auftun – ich werde dem Sport immer verbunden bleiben.

Lena Erdil: Ich werde auch nach meiner aktiven Karriere weiter surfen, definitiv. Ich werde Spaß in der Brandung haben. Nur einfach so, just for fun.

Lena, Sebastian, wir bedanken uns für das Gespräch und wünschen euch für die Kampagne und die Spiele 2024 alles Gute. Das ausführliche Interview findet ihr unter www.dsv.org

READY TO FLY

Ja, sagt Lena Erdil, „foilen ist wirklich wie Fliegen. Du schwebst einen halben Meter über dem Wasser, spürst keinen Widerstand mehr, und es ist beinahe ein wenig unwirklich“. Um das Geheimnis dieser scheinbaren Schwerelosigkeit zu lüften, müssen wir einen Blick unter die Wasseroberfläche werfen. Traditionell dient dort eine Finne als Spurhalter. Bei einem Foilboard ist an der Unterseite ein Foil befestigt: Diese bis zu einem Meter lange Finne – sie wird auch als Mast bezeichnet – ist mit zwei kleinen Flügeln bestückt. Nimmt das Board Fahrt auf,

dann strömt das Wasser um die gewölbten Flügel, durch Druckunterschiede entsteht zusätzlicher Auftrieb – und das Brett hebt sich aus dem Wasser. Besatzung inklusive. Da das Board das Wasser nicht mehr berührt, sinkt der bremsende Widerstand drastisch, die Geschwindigkeit steigt. Das Beste: Es funktioniert auch bei vergleichsweise wenig Wind. Genau diese Effizienz fasziniert Sebastian Kördel immer wieder: „Man merkt plötzlich, wie schnell man bei wenig Wind doch sein kann. Sogar bei einem Hauch von Wind, bei fünf bis sieben Knoten, geht was.“

Und: Wer schon Erfahrung im Windsurfen hat, lernt auch das Foilen schnell.

Moana Delle und Toni Wilhelm sind für Deutschland bei Olympischen Spielen gestartet. Sie sprechen darüber, was die Zeit als Leistungssportler mit ihnen gemacht hat. Tipps für erfolgreiche Kampagnen inklusive

„DIE BASIS FÜR ALLES: LIEBE ZUM WINDSURFEN“

Wer sich im Windsurfen für die olympischen Regatten qualifizieren und dort vorne mitfahren möchte, der muss sein Leben zu einhundert Prozent darauf einstellen. Da gibt es keine Ausweichmanöver – du musst durch die physischen und psychischen Herausforderungen hindurch. Und die sind manchmal hart. Im Rahmen meiner Olympiakampagne habe ich viel über mich selbst gelernt. Ich kenne meine Stärken und Schwächen, meine Belastungsgrenzen, meine Stresssignale und wie ich damit umgehen kann. Als Ingenieurin kommen mir meine Erfahrungen aus dieser Zeit oft zu Gute: Wenn Konfliktmanagement und offene Kommunikation in der Gruppe gefordert sind, wenn es darum geht, im miteinander die Grenzen der anderen und die eigenen zu erkennen und zu achten. Und ich vertraue auf meine Entscheidungen. **Mit dem JA zum Leistungssport habe ich schon einmal in meinem Leben einen unkonventionellen Weg gewählt. Und der hat funktioniert.** Wichtig für einen erfolgreichen Weg sind zwei Dinge:



Moana Delle, 32, vom Möhnesee, lernte das Windsurfen im Urlaub, besuchte das Sportinternat am Olympiastützpunkt in Kiel und belegte 2012 bei den Olympischen Spielen in London Rang fünf. Heute surft sie nur noch selten, segelt dafür viel mit Freunden

Die Liebe zum Windsurfen muss die Basis sein, und der Spaß auf dem Wasser ist DIE Grundvoraussetzung schlechthin. Mein zweiter Tipp: Sucht euch zwei er-

fahrene Mentorinnen oder Mentoren, mit denen ihr alles offen besprechen könnt. Die euch zur Not auch mal sagen: Du hast ein Rad ab.

„DER LEISTUNGSSPORT HAT MICH ALS MENSCH GEPRÄGT“

Die Vorbereitung auf Olympische Spiele ist eine echte Herausforderung. Das war damals so, und das ist heute nicht einfacher geworden. Ich erinnere mich nur zu gut an die krassen Trainingseinheiten und die Analysen jeder Bewegung, rauf und runter, stundenlang. Dir wird auf allen Ebenen alles abverlangt. Ohne starke Strukturen und umfassende Förderung funktioniert das nicht. Dazu gehören die Vereine, der Verband, die Trainer, die Techniker, die Physiotherapeuten, deine Freunde und deine Familie. Ich wäre niemals so weit gekommen ohne dieses Team. Auch wenn Du als Athletin oder Athlet am Ende allein auf dem



Toni Wilhelm, 38, aus Lörrach, startete bei den Olympischen Spielen 2004 in Athen (Rang 30), 2012 in London (Vierter) und 2016 in Rio de Janeiro (Platz sechs). Heute arbeitet er bei einer großen Sport-Agentur in der Schweiz. Und startet immer noch bei nationalen Regatten

Rückblickend betrachtet hat mich der Leistungssport jede Menge gelehrt für mein normales Leben. Diese Zeit hat mich als Mensch geprägt. Heute habe ich das Gefühl, Herausforderungen durchdacht und mit einem klaren Ziel vor Augen angehen zu können, ohne dabei in Panik zu verfallen. Egal, ob beruflich oder privat. Es gab und es gibt in Deutschland extrem viel Segel-Knowhow, gerade auch im Foil-Bereich. Das muss aufbereitet, sinnvoll kommuniziert und weitergegeben werden. Was nicht unbedingt heißen soll, dass alle Coaches Olympiakampagnen hinter sich haben müssen. Ich zum Beispiel bin in der Weltspitze gesurft, bin aber einfach kein geborener Coach. Doch viele Leistungssportlerinnen und Sportler haben jede Menge Erfahrungen gesammelt, von denen andere zehren könnten.



Das Foil an Land

Fotos: Henning von Jagow, Sasha Klahn, Marina Köntzner, privat, Kai-Nicolas Steimer – Rückseite: privat



KONTAKTDATEN

Deutscher Segler-Verband e. V.

Gründgensstraße 18

22309 Hamburg

Tel. +49 40 6320090

www.dsv.org

surfen@dsv.org



fb.com/deutscherseglerverband



[YouTube](#) Deutscher Segler-Verband

IMPRESSUM

Deutscher Segler-Verband e. V.

Dr. Gernar Brockmeyer (verantwortlich)

Gründgensstraße 18, 22309 Hamburg

www.dsv.org

Redaktion: Abteilung Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Freie Mitarbeit: Birgit Heiland-Falz | Christian Tillmanns

Layout: Nathalie Sodeikat | Stephan Kuhlmann | AEMEDIA, www.ae-media.de

Druck: Druckerei Grandt, www.grandt-druck.de