



## Svenjas Konditraining - Öffnungszeiten Sekretariat - Regattaabsagen - Flaggenparade

### Virtueller Konditionstrainingstreff auf YouTube

Während der Frühphase der Einschränkungen, die zur Eindämmung des Coronavirus notwendig wurden, hatten unsere Weltklasse-Laserseglerin Svenja Weger und unsere Trainerin Katharina Steinmüller ein bestechendes Konzept des gemeinsamen Konditionstrainings für alle Seglerinnen und Segler, ob zur Jugendabteilung gehörend oder dieser bereits entwachsen, entwickelt. Dienstags und Donnerstags gab es um 16 Uhr eine „Liveschalt“ nach Kiel, und unter Svenjas Anleitung konnten Beweglichkeit, Kraft und Kondition trainiert werden.

Nach 167 schweißtreibenden und Muskeln aufbauenden Minuten wurde die Serie nun eingestellt. Svenja kann endlich wieder zum Training auf das Wasser, und in Berlin hat sich das Wetter inzwischen genügend verbessert, so dass sportliche Aktivitäten draußen – und unter bestimmten Bedingungen sogar das Segeln selbst – wieder möglich sind. Katharina und Svenja sei an dieser Stelle ganz herzlich für die tolle Idee und Svenja für die engagierte, mitreißende Anleitung gedankt!

Die Trainings stehen auch weiterhin auf YouTube (auf zwei [Kanälen \(https://www.pyc.de/aktuelles/konditionstraining-mit-svenja-als-virtuelle-events\)](https://www.pyc.de/aktuelles/konditionstraining-mit-svenja-als-virtuelle-events)) zur Verfügung und büßen in keiner Weise an Wirksamkeit ein!



Screenshot aus der ersten Trainingseinheit

### Öffnungszeiten des Sekretariats

Angesichts der aktuellen Kontaktbeschränkungen sollte das Sekretariat momentan bitte nur in Notfällen persönlich aufgesucht werden. Telefonisch sind Nicole Matthes und Lis Kelm bis auf Weiteres zu folgenden Zeiten zu erreichen:

Mittwoch 13-17 Uhr

Donnerstag 11-15 Uhr

Freitag 11-15 Uhr

Montags und dienstags bleibt das Sekretariat geschlossen.

Nutzen Sie zur Kontaktaufnahme bitte unbedingt auch die Möglichkeit, eine E-Mail zu schreiben: sekretariat(at)pyc.de

### Regattalose Zeiten ...

Aufgrund der Verordnung des Senats zur Eindämmung des Coronavirus müssen alle Regatten des Potsdamer Yacht Club zunächst bis zu den Sommerferien abgesagt werden. Das ist ausgesprochen bedauerlich, oder, um es mit den Worten Reiner Quandts, des Präsidenten des Berliner Segler-Verbands (BSV) zu sagen: „Viele Segler fühlen sich so, als wäre das Fußballspielen wieder erlaubt, aber nur alleine.“ „Insoweit,“ so Quandt, „wird es ein trauriger Frühling auf dem Wasser – mit der aufkeimenden Hoffnung, dass sich im Sommer bessere Möglichkeiten ergeben und vielleicht noch ein guter Herbst folgt.“ (Quelle: [Float](#))

(<https://floatmagazin.de/orte/berlin-segelt-wieder-coronakrise-berliner-segler-verband/>)-Magazin, 24.04.2020)

Der BSV, darauf sei an dieser Stelle noch einmal hingewiesen, bietet bis zum 18. Juni jeden Dienstag und Donnerstag ab 18 Uhr eine virtuelle Variante – die [eSailing](http://berliner-segler-verband.de/esailing.html) (http://berliner-segler-verband.de/esailing.html)-Abendregatta – an. Und zum Glück dürfen wir im Unterschied zu vielen Segelfreunden in anderen Bundesländern immerhin schon einmal wieder auf das Wasser! Analog, mit Wind in den Haaren und dem Duft von Wasser in der Nase!

## Einsame Flaggenparade 2020

Um allen Clubmitgliedern ein Zeichen der Hoffnung und Zuversicht zu setzen, hat eine Minimalbesetzung des Vorstands die Gelegenheit ergriffen und den vom [BSV](http://berliner-segler-verband.de/news/items/saisoneroeffnung-ohne-ansegelfeier.html) (http://berliner-segler-verband.de/news/items/saisoneroeffnung-ohne-ansegelfeier.html) zum 25.04.2020 beschlossenen Saisonstart mit dem Hissen des Clubstanders und der Nationalen signalisiert. Da Gruppenbildungen und Veranstaltungen zur Zeit untersagt sind, fand eine sehr einsame Flaggenparade unter gebührender Einhaltung der erforderlichen Mindestabstände zwischen den Ausführenden statt. Damit sich aber niemand ausgeschlossen fühlen muss und der lieb gewordenen Zeremonie in sicherer virtueller Distanz beiwohnen kann, haben wir die wenigen Minuten mitgeschnitten und auf dem YouTube-Kanal des PYC eingestellt. (Hier der Zugang über unsere [Homepage](https://www.pyc.de/aktuelles/flaggenparade-2020) (<https://www.pyc.de/aktuelles/flaggenparade-2020>),.)

Wir hoffen sehr, dass zumindest das Einholen der Flaggen und das Absegeln dieses Jahr wieder unter Beteiligung aller Mitglieder stattfinden kann! Einstweilen wünscht der gesamte Vorstand noch einmal „Mast- und Schotbruch“ zum nun auch offiziellen Start in die neue Segelsaison!



Fotos: SP



## Termine

Bis auf Weiteres:

- muss das Clubhaus leider geschlossen bleiben.

Sigrun Putjenter, 01.05.2020