



SYH

Opti-Training

Elternabend vor dem Trainingsstart

Philipp Sprecher, 7. März 2023



Inhaltsverzeichnis

1. Kurz-Vorstellung SYH, Trainer und Helfer
2. Trainingskonzept und Trainingsziele
3. Sicherheit und Mindset
4. Ausrüstung, Opti selbst kaufen?
5. Trainingsablauf, Abmeldungen, Trainingslager und Regatten
6. Planung und Daten
7. Berichte, Fotos und Videos
8. Mitgliedschaft, Eintritt, Austritt
9. Diverses: Konsumation im Clubhaus, Garderoben, Parkplätze, Jahrbuch



Noah auf Vorwindkurs



Kurz-Vorstellung SYH, Trainer und Helfer



Kurz-Vorstellung SYH

- 1973 gegründet
- über 160 Mitglieder –
gerne ein paar mehr
- die meisten aus Herrliberg,
aber auch angrenzende Gemeinden
- Events: Jahresprogramm
- Stil: unkompliziert, kameradschaftlich
- Mitglied werden:

<https://syh.ch/mitglied-werden/>





Trainer

- Trainerteam -> Verteilung der Last
- Haupttrainer (allermeistens dabei): Philipp Sprecher
- Co-Trainer, stellt sich gleich selber vor: Martin Everts
- Unterstützung für die ganz Neuen: Milo Sprecher & Chris Dunkel
- Junioren-Trainer, punktuell, mit aktuellstem Wissen: Thierry Stucki



Trainer

Chris Dunkel

Philipp Sprecher





Martin Everts

Vincent Everts (Sohn)



Helfer

- Auch hier: Verteilung der Last; Mamis und Papis willkommen!
- Diverse Aufgaben wie
 - Motorboote bereitstellen, Bojen setzen
 - Kids beim Auf- und Abbau unterstützen (aber nicht selber machen)
- Haupt-Helfer 2023:
 - Rolf Lux, Papi von Noah
 - Christoph Müller, Papi von Charlotta und Constantin
- Weitere Helfer:
 - punktuell, je nach Programm



Helfer

Christoph Müller
(und Familie)



Rolf Lux





Trainingskonzept und Trainingsziele



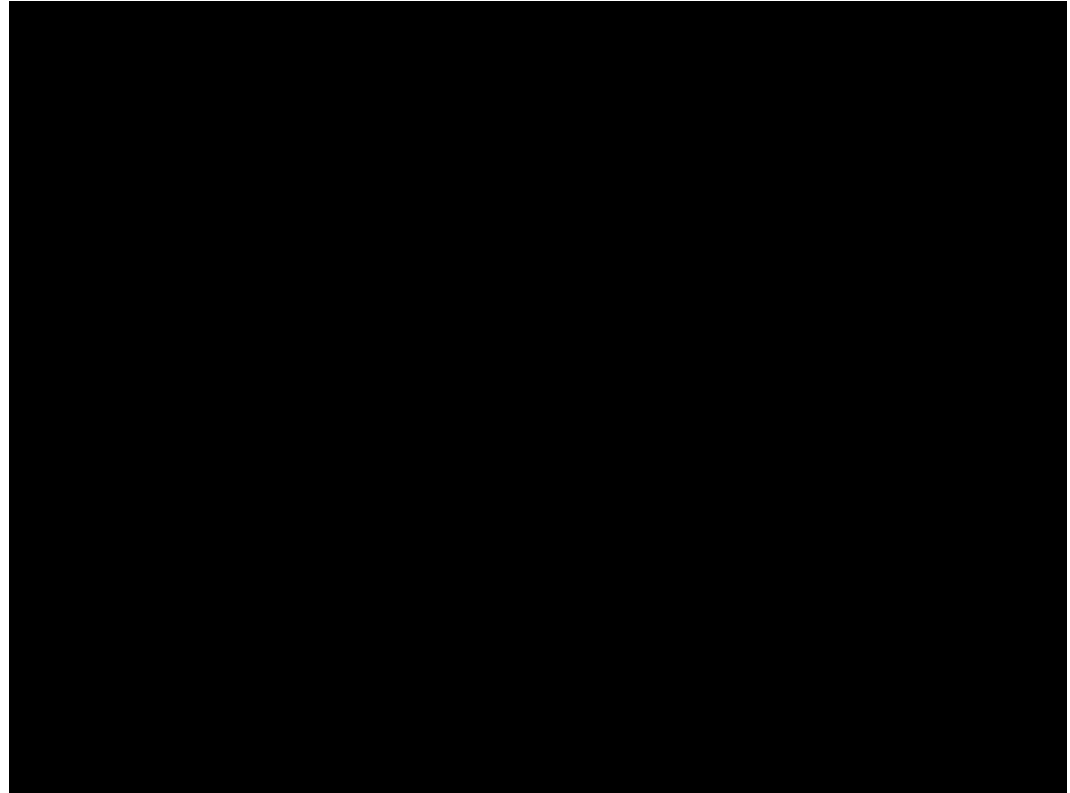
Trainingskonzept und Trainingsziele

- Material kennenlernen und verstehen
- Segelbegriffe kennen
- Boot aufriggen und abbauen, jede(r) ist für sein Boot verantwortlich
- Relevante Aspekte der Sicherheit kennen und anwenden
- Praktisches Training
- Theorie (Wind und Segel, Manöver, Vorfahrtsregeln, Flaggen, Regatten, Taktik, Wettkampfbestimmungen)
- Teilnahme an Regatten und Ergänzungstrainings



Trainingskonzept

Das Highlight der Woche:
Opti-Training am Freitagabend!





Sicherheit und Mindset



Sicherheit

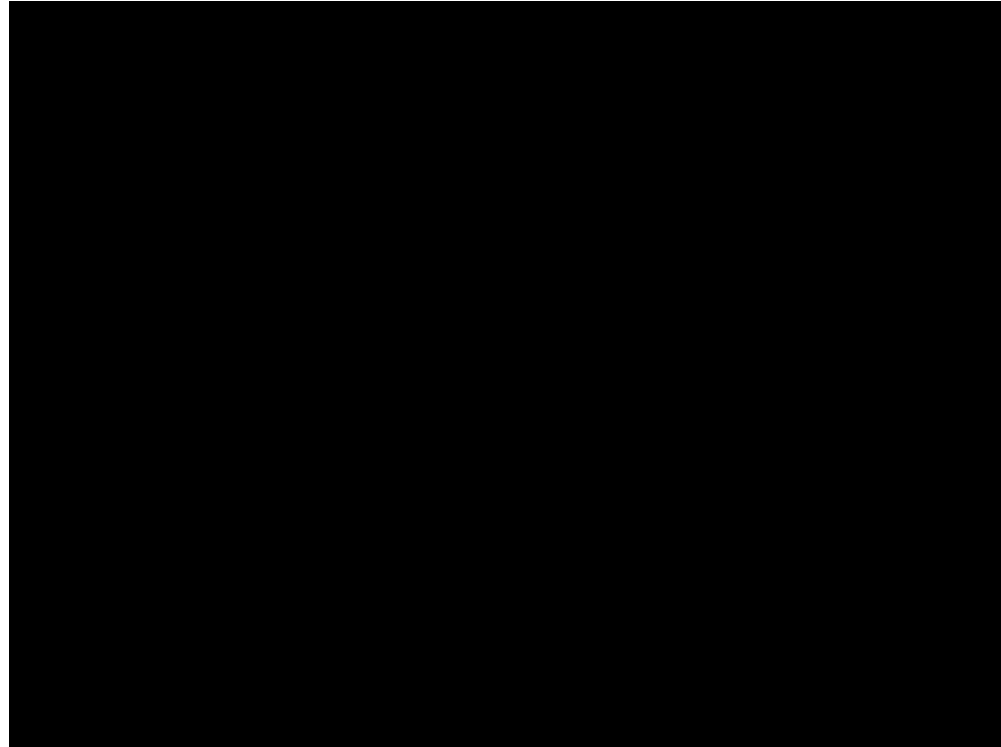
Man kann auf sehr unterschiedliche Arten
ins Wasser plumpsen.





Sicherheit

- Alle Teilnehmenden können gut schwimmen (50m an einem Stück)
- Schwimmwesten: Werden immer getragen.
- 1-2 Begleit-Motorboote
- Beachtung der Sturmwarnung
- Üben des Abschleppens
- Im Notfall: Seepo-Unterstützung





Sicherheit

- Segeln braucht Konzentration,
- Umsicht,
- permanentes Arbeiten und Verbessern und darum
- ganz viel Übung.
- Beim Segeln kommen viele Disziplinen zusammen:
 - Technik, Meteorologie, Handwerk,
 - Taktik, Strategie, Ausdauer, Kraft,
 - Teamgeist, Naturgewalten, ...





Sicherheit

- Von allen Kids haben wir ein ausgefülltes Sicherheitskonzept.
- Danke sehr!



Ausrüstung, Opti selber kaufen?



Ausrüstung

Die richtige Kleidung
ist entscheidend.
Nur damit stimmt
die körperliche
Grundvoraussetzung.





Ausrüstung



Neoprenanzug
ca. CHF 200.-



Neoprenschuhe
ca. CHF 90.-



Spraytop
ca. CHF 150.-



Cap / Sonnenschutz
ca. CHF 25.-



Sonnenbrille
ca. CHF 25.-



Sonnencreme
habt ihr schon



Lycra-Shirt
ca. CHF 50.-



Bade-Shorts
ca. CHF 25.-



Segelhandschuhe
ca. CHF 40.-
(oder Landi-Gartenhandschuhe, CHF 6.-)

Regatta-Uhr
ca. CHF 100.-



Opti-Buch
ca. CHF 15.-



Ausrüstung

- Schwimmwesten stellen wir zur Verfügung.
- Man kann eine eigene benutzen, diese dann aber nicht im Club lagern.

Wo kaufen?

- Grundsätzlich egal, spannende Adresse:
Kielwasser in Altendorf, SZ,
<https://www.kielwasser.ch/>
- Auch Gebraucht-Ware ist meistens super!



Schwimmweste
ca. CHF 120.-



Opti selber kaufen?

- Wir stellen Optis zur Verfügung und pflegen das Material.
- Haben sogar einen Bootswart, der sich auch darum kümmert.
- Das ist in den jährlichen Kosten (Bootsmiete) inklusive.

- Eigener Opti: Nicht erforderlich und auch nicht unbedingt gewünscht, aber grundsätzlich möglich (Platz).
- Wir möchten allerdings den Platz für Boote zur Verfügung stellen, die von allen genutzt werden können.



Trainingsablauf, Abmeldungen, Trainingslager und Regatten



Trainingsablauf

- 17.00 Uhr Ankunft, Aufriggen
- 17.20 Uhr Briefing und Theorie
- 17.45 Uhr Umziehen
- 18.00 Uhr Einwassern und Training auf dem Wasser
oder Theorie an Land bei wenig Wind
- 19.15 Uhr Zurück segeln
- 19.30 Uhr Abringgen und Umziehen
- 20.00 Uhr Mini-Debriefing, Ende



Trainingsablauf

- Eltern sind immer eingeladen, vom Clubgelände oder vom Parkplatz her zuzuschauen.
- Nur auf dem Steg haben wir leider zu wenig Platz.



Abmeldungen

- Immer erforderlich, egal wann.
- Immer via die WhatsApp-Gruppe “SYH-Opti-Training”

- Wirklich.
- Ich rufe sonst an.



Trainingslager

- Geeignet für Kinder ab dem 2. Segeljahr, Angebot
- Auffahrtslager am Walensee für Kids im 2. Jahr
 - Donnerstag 18. bis Sonntag 21. Mai 2023
- Nationales-Opti-Segellager in Davos
 - Zweite Sommerferienwoche
Sonntag 23. bis Sonntag 30. Juli 2023
 - Geeignet für Kinder ab dem 2. Segeljahr



Regatten

- Für Kinder ab dem 2. Segeljahr
- 2 Regatten pro Saison sind Pflicht,
- dieses Jahr 5 zur Auswahl,
Details folgen, vgl. Planung



Planung und Daten



Planung

- Alle Informationen und Termine sind online unter <https://share-docs.clickup.com/24482344/d/qb4h8-1587/infosfr-interessentenpublic> auffindbar.

- Kommunikation News, Details:
WhatsApp-Gruppe
“SYH-Opti-Training”

The screenshot shows a ClickUp project page for 'Opti-Training (syh)'. The interface includes a navigation bar with 'Home', 'Dashboard', and 'Project Settings'. The main content area displays a list of tasks with columns for 'Task Name', 'Status', 'Priority', 'Due Date', and 'Assignee'. The tasks are color-coded by status: green for 'To Do', yellow for 'In Progress', and blue for 'Completed'. The tasks are organized into a calendar view, showing dates from May 10 to May 20, 2023. The tasks include various training sessions and meetings, such as 'Opti-Training & Herrliberg 11.05.2023', 'Opti-Training & Herrliberg 12.05.2023', and 'Opti-Training & Herrliberg 13.05.2023'. The tasks are assigned to various team members, including 'Logan', 'Gaby', 'Herrliberg SYH', and 'Christoph'. The tasks are also categorized by priority, with some marked as 'High Priority'.





Daten

Nachfolgend die Daten, die wir haben, aus dem SYH-ClickUp.
Korrekturen bitte jetzt melden.



Daten

Adressen der Kids

IM TRAINING	13 TASKS	ADRESSZEILE 1	PLZ, ORT
■ Brandon Wyss		Freiestrasse 94	8032 Zürich
■ Charlotta Müller		Im Büeler 2	8704 Herrliberg
■ Constantin Müller		Im Büeler 2	8704 Herrliberg
■ Elin Maier		Im Büehlhädtli 17	8704 Herrliberg
■ Elmira Gültekin		Feldgüetliweg 73	8706 Meilen
■ Filippos Pegiazoglou		Langackerstrasse 95	8704 Herrliberg
■ Finn Grob		Sunnmatt 16	8126 Zumikon
■ Len Sprecher		Gewerbstrasse 1	8708 Männedorf
■ Luca Singh		Grütstrasse 10	8704 Herrliberg
■ Max Gigandet		Grundhofstrasse 30b	8704 Herrliberg
■ Noah Lux		Grundhofstrasse 27	8704 Herrliberg
■ Sophie Andris		Ackerstrasse 80	8604 Volketswil
■ Vincent Everts		Zeltenbühlweg 2	8700 Küssnacht



Daten Koordinaten und Geburis der Kids

IM TRAINING	13 TASKS	MOBILE	MAIL	JAHRGANG	GEBURTSTAG	EINTRITT SYH
Brandon Wyss	<input type="checkbox"/>	-	-	2,012	9/10/12	-
Charlotta Müller	<input type="checkbox"/>	-	-	2,014	7/4/14	-
Constantin Müller	<input type="checkbox"/>	-	-	2,012	21/12/12	1 Jan
Elin Maier	<input type="checkbox"/>	-	me@elinmaier.com	2,013	13/3/13	-
Elmira Gültekin	<input type="checkbox"/>	-	missh612@gmail.com	2,009	15/2/09	-
Filippos Pegiazoglou	<input type="checkbox"/>	-	-	2,013	29/12/13	-
Finn Grob	<input checked="" type="checkbox"/>	076 723 74 89	-	2,011	20/1/11	1/1/21
Len Sprecher	<input checked="" type="checkbox"/>	079 950 77 10	len.sprecher@gmail.com	2,010	10/11/10	1/1/21
Luca Singh	<input type="checkbox"/>	-	-	2,013	15/1/13	-
Max Gigandet	<input type="checkbox"/>	-	-	2,012	20/11/12	1 Jan
Noah Lux	<input checked="" type="checkbox"/>	076 388 03 26	noah1.lux@icloud.com	2,010	26/3/10	1/1/22
Sophie Andris	<input checked="" type="checkbox"/>	076 540 49 21	sophie.andris.ch@gmail.com	2,012	20/2/12	1/1/21
Vincent Everts	<input type="checkbox"/>	-	-	2,011	29/12/11	1 Jan



Daten Eltern der Kids

IM TRAINING	13 TASKS	OPTI-JUNIOREN-ELTERN
Brandon Wyss	11	1466, SUI Jessica Wyss
Charlotta Müller	9	1644, SUI Christoph Müller Christina Müller
Constantin Müller	11	1694, SUI Christoph Müller Christina Müller
Elin Maier	10	1074, SUI Jürg Maier Annette Maier
Elmira Gültekin	14	941, SUI Gökhan Gültekin Rahşan Yılmaz
Filippos Pegiazoglou	10	5 Ioannis Pegiazoglou Athina Kapagerof
Finn Grob	12	1680, SUI Natali Grob Hans-Ruedi Grob
Len Sprecher	13	1810, SUI Carmen Sprecher Philipp Sprecher
Luca Singh	10	1 Rupen Singh Agata Milanowska
Max Gigandet	11	1707, SUI Catherine Gigandet Thibaud Gigandet
Noah Lux	13	1647, SUI Novella Lux Rolf Lux
Sophie Andris	11	1413, SUI Gaby Andris Christoph Andris
Vincent Everts	12	1514, SUI Martin Everts Jarah Everts



Daten Details der Eltern der Kids

SYH-KANDIDAT	2 TASKS	ANHANGERKUPPLUNG?	MOBILE	MAIL	GEBURTSTAG	ENTRITT SYH	ADRESSZEILE 1	PLZ, ORT
Christina Müller		unklar	076 366 11 87	c4.m@outlook.com	-	-	Im Büeler 2	8704 Herrliberg
Christoph Müller		Ja	076 220 10 20	ch.muller@gmx.net	5/1/77	-	Im Büeler 2	8704 Herrliberg
+ New task								
SYH-MITGLIED	2 TASKS	ANHANGERKUPPLUNG?	MOBILE	MAIL	GEBURTSTAG	ENTRITT SYH	ADRESSZEILE 1	PLZ, ORT
Christoph Andris		Ja	076 562 49 21	candris@sunrise.ch	1/11/77	1/1/92	Ackerstrasse 80	8604 Volketswil
Philipp Sprecher		Ja	079 232 92 77	sprecher@insign.ch	27/3/74	1/1/86	Gewerbstrasse 1	8708 Männedorf
+ New task								
SYH-INTERESSENT	3 TASKS	ANHANGERKUPPLUNG?	MOBILE	MAIL	GEBURTSTAG	ENTRITT SYH	ADRESSZEILE 1	PLZ, ORT
Jessica Wyss		unklar	076 397 10 77	shirongwyss@gmail.com	-	-	Freiestrasse 94	8032 Zürich
Andreas Schertzinger		unklar	079 879 47 11	aschertzinger@gmail.com	25/10/77	-	Häbelstrasse 19	8704 Herrliberg
Ann-Christin Schertzinger		unklar	079 913 06 84	family.schertzinger@gmail.com	-	-	Häbelstrasse 19	8704 Herrliberg
+ New task								
NICHT MITGLIED	31 TASKS	ANHANGERKUPPLUNG?	MOBILE	MAIL	GEBURTSTAG	ENTRITT SYH	ADRESSZEILE 1	PLZ, ORT
Agata Milanowska		unklar	079 129 64 42	agatamilanowska@yahoo.com	-	-	Grütstrasse 10	8704 Herrliberg
Annette Maier		unklar	079 276 89 38	me@annetemaier.com	-	-	Im Buehlihähti 17	8704 Herrliberg
Athina Kapagerof		unklar	079 325 48 32	athinakapagerof@yahoo.com	-	-	Langackerstrasse...	8704 Herrliberg
Carmen Sprecher		Nein	078 821 49 03	carmensprecher@web.de	9/11/77	-	Haldensteig 6	8708 Männedorf
Catherine Gigandet		unklar	078 790 06 67	catherine.gigandet@gmx.ch	-	-	Grundhofstrasse ...	8704 Herrliberg
Chris Kayatz		unklar	079 602 10 00	chris@kayatz.ch	-	-	Langackerstrasse...	8704 Herrliberg
Gaby Andris		unklar	079 179 05 79	-	-	-	Ackerstrasse 80	8604 Volketswil
Gökhan Gültekin		unklar	076 700 87 01	gultekin@e-pod.com.au	-	-	Feldgüetliweg 73	8706 Meilen
Hans-Ruedi Grob		unklar	079 680 85 02	hgrob@blumgrob.ch	-	-	Sunmmatt 16	8126 Zumikon
Ioannis Pegiazoglou		unklar	079 550 87 68	ioannis.pegiazoglou@yahoo.com	-	-	Langackerstrasse...	8704 Herrliberg
Jarah Everts		unklar	078 617 91 52	jarah@everts.ch	-	-	Zeltenbühlweg 2	8700 Küsnacht
Jonna Kayatz		unklar	079 787 47 43	-	-	-	Langackerstrasse...	8704 Herrliberg
Jürg Maier		unklar	079 406 79 37	Jurg.maier@dell.com	-	-	Im Buehlihähti 17	8704 Herrliberg
Martin Everts		Ja	079 356 91 09	martin@everts.ch	-	-	Zeltenbühlweg 2	8700 Küsnacht
Natali Grob		unklar	079 680 85 01	grob.natali@gmail.com	-	-	Sunmmatt 16	8126 Zumikon
Novella Lux		unklar	079 478 36 88	novella.lux@sunrise.ch	-	-	Grundhofstrasse 27	8704 Herrliberg
Rahşan Yilmaz		unklar	076 650 66 35	msrahsan@gmail.com	-	-	Feldgüetliweg 73	8706 Meilen
Rolf Lux		Nein	079 415 82 88	rolf.lux@icloud.com	-	-	Grundhofstrasse 27	8704 Herrliberg
Rupen Singh		unklar	079 581 14 52	rupensin@gmail.com	-	-	Grütstrasse 10	8704 Herrliberg
Thibaud Gigandet		unklar	079 378 04 31	T_gigandet@bluewin.ch	-	-	Grundhofstrasse ...	8704 Herrliberg



Berichte, Fotos und Videos



Berichte, Fotos und Videos

- Regatta- und Lagerberichte kommen auf die SYH-Website: <https://syh.ch/aktuell/>
- Fotos kommen zu den einzelnen Artikel, vgl. <https://syh.ch/der-funke-ist-gesprungen/>
- Videos werden auf Vimeo hochgeladen und von dort in die Artikel eingebunden, vgl. <https://vimeo.com/user170430467>
- Sinngemäss brauchen wir die Einverständniserklärung der Eltern.





Mitgliedschaft, Eintritt, Austritt



Mitgliedschaft und Eintritt

- Aktive Eltern sind sehr erwünscht.
- Unterstützung der Eltern bei Regatten ist zwingend.
 - Anfahrt, Transport, Abholen
- Neumitglieder im Club sind herzlich willkommen!

- Juniorinnen und Junioren
 - 1. Jahr: noch keine Mitgliedschaft, aber Kurskosten CHF 200.- & CHF 100.- Bootsmiete
 - 2. Jahr: Junioren-Clubmitglied, Kosten auch jetzt CHF 300.-, zusammengesetzt aus:
 - 80.- SYH-Mitgliederbeitrag
 - 120.- Kurskosten
 - 100.- Bootsmiete
 - Später Übergang zu Aktiv-Mitglied sehr einfach möglich



Mitgliedschaft

- Interessierte Eltern:
 - Interessenten -> Kandidaten (als Paar oder einzeln)



Diverses:
Konsumation im Clubhaus,
Garderoben, Parkplätze, Jahrbuch



Konsumation im Clubhaus

- Möglich, aber:
 - Die Junioren fragen immer einen Trainer, wenn sie etwas kaufen wollen.
 - Nur gegen Bargeld möglich.
 - Ehrlich sein.



Garderoben

- Das an der letzten GV (2022) bewilligte Garderoben-Projekt ist in der Schlussphase.
- Wir haben zwei solide Garderoben,
 - jedoch noch ohne eigenes WC und ohne Dusche.



Parkplätze

- Mühsame Situation, da wenige Parkplätze
- Bitte stets einen für Philipp frei lassen – danke sehr!



Jahrbuch

- Kommt im Jubiläumsjahr 2023 erst im Sommer.
- Wissenswertes rund um den Club,
- inkl. Jahresprogramm.
- Bis dahin und generell:

<https://share-docs.clickup.com/24482344/d/qb4h8-1587/infosfr-interessentenpublic>