

Laser Radial Europameisterschaft 2009 - Lisa Fasselt beendet als zweite Deutsche auf einem hervorragendem 25. Platz

Vom 9. bis 16. Juli fand im dänischen Skovshoved die Europameisterschaft der olympischen Eingandjolle Laser Radial statt, bei der 96 Teilnehmer aus rund 20 Nationen um den Sieg kämpften.

Darunter auch die 20-jährige C-Kader Nachwuchssportlerin Lisa Fasselt, die seit September letzten Jahres ihren Lebensmittelpunkt von Essen nach Kiel verlegt hat, um dort am Trainingsstandort zu trainieren.

„In diesem Jahr ging es in erster Linie darum, Anschluss an die erweiterte Weltspitze zu finden. Dafür war es für mich vor allem notwendig, mein Geschwindigkeitspotenzial auf dem Vorwindkurs zu verbessern, denn im vergangenen Jahr war es oft daran gescheitert, sodass mir Ergebnisse in der Spitzengruppe verwehrt blieben“, so Lisa.

Lisa zog es deshalb bereits im Frühjahr nach Mallorca und Gran Canaria, wo sie mit ihren Trainingspartnerinnen die angenehmen Temperaturen für etliche Trainingsstunden auf dem Wasser und an Land nutzte. „Im Frühjahr geht es darum, seine Fitness auf ein Level zu bringen, die es einem ermöglicht, bei

viel Wind volle Geschwindigkeit fahren zu können. So verbrachten wir viele Stunden auf dem Rennrad, im Schwimmbad oder beim Laufen. Auf dem Wasser hingegen versucht man zunächst, sein Gefühl für Wind, Welle und Fahrtechnik wiederzugewinnen.“ Auf dem Vorwindkurs machte Lisa bald die angestrebten Fortschritte, doch wieder erwartend traten Probleme auf dem Amwindkurs auf, der bis dahin immer Lisa's Stärke darstellte. „Ich konnte bei ähnlicher Geschwindigkeit einfach nicht die gleiche Höhe fahren wie meine Trainingspartner. Die ist jedoch gerade im Wettkampf von entscheidender Bedeutung.“ Symptomatisch dafür waren die laut Lisa „unerwartet schlechten Ergebnisse“ der ersten Weltcups auf Mallorca sowie im niederländischen Medemblik. „Ich hatte zeitweise wirklich das Gefühl, das Segeln verlernt zu haben! Es war extrem frustrierend, denn ich konnte mich nach einem guten Start nicht lange vorne halten und geriet schnell in Abwinde, sodass ich meinen eigenen taktischen Plan nicht mehr umsetzen konnte.“ Das wichtigste in so einer Phase, die wohl jeder erfolgreicher Sportler schon einmal durchgemacht hat, ist trotz Frustration weiterhin motiviert zu trainieren und an den Schwächen zu arbeiten.

„Ich habe viele Tage am Trainingsstandort in Kiel, aber auch mit meinem Landestrainer aus Nordrhein-Westfalen, Paul Keßler, auf dem EM Revier sowie in Warnemünde trainiert. Außerdem habe ich mich dazu entschlossen, unmittelbar vor der EM noch einmal einen kleineren Europa-Cup vor Warnemünde mitzufahren, wo das Niveau nicht ganz so hoch ist, wie bei den Weltcups“.

Offenbar die richtige Entscheidung, denn Lisa konnte sich in diesem Feld durchsetzen und beendete mit etwas Pech auf Platz 11. „Der zweite Frühstart war leider einer zu viel, sonst wäre ich 4. geworden, aber in Anbetracht der Tatsache, dass dieser Wettkampf nur die Generalprobe vor der EM war, konnte ich diese als durchaus gelungen bezeichnen und auch das Problem der fehlenden Höhe schien passe.“



Danach ging es für Lisa nach Dänemark, wo sie die letzten Vorbereitungen am Boot und auf dem Wasser traf, bevor es am 11. Juli mit den ersten Wettfahrten losging. „Für mich war es extrem wichtig meinen Trainer Paul dabei zu haben, denn er kennt mich seit dem ich auf dem Laser sitze und mit ihm habe ich auch letztes Jahr auf der Europameisterschaft meine Qualifikation für den C - Kader geschafft.“



Mit voller Entschlossenheit gelang Lisa bereits am ersten Tag ein kleiner Erfolg: Sie schaffte es, sich in dem hochrangigen Feld mit den Platzierungen 8 und 12 auf einen hervorragenden 16. Platz in der Gesamtwertung zu platzieren. „Ich habe einfach versucht, als Herausforderer ins Rennen zu gehen und das hat super geklappt!“

Die folgenden Tage zeichneten sich vor allem durch inkonstante Windbedingungen aus, es war sehr drehig und zeitweise auch schwachwindig. Fast keiner Seglerin der internationalen Spitze gelang es, sich

konstant ganz vorne zu halten und so blieb es bis zum letzten Tag spannend.

Lisa beendete die Europameisterschaft als zweite Deutsche auf Platz 25, in der U 22 - Wertung reichte es damit sogar für den 7. Rang und trotzdem ist Lisa damit aber nur bedingt zufrieden. „Ich bin eben ein sehr ehrgeiziger Segler, wirklich zufrieden ist man natürlich erst dann, wenn man ganz vorne mitmischen kann. Trotzdem sehe ich mein Abschneiden gerade in Anbetracht des mäßigen Erfolgs auf den vorherigen Events als kleinen Erfolg, denn er hat gezeigt, dass ich mich aus der Phase, in der es gar nicht lief, zurück gekämpft habe und sich meine intensive Vorbereitung im letzten Monat als richtig erwiesen hat.“ Beste Deutsche wurde die 24- jährige Franziska Goltz, die auf Platz 17 beendete.

Die nächsten sechs Wochen sind offiziell nun erst einmal Ferien angesagt, aber Lisa wäre nicht Lisa, wenn sie nicht auch in dieser Zeit an ihrer Performance arbeiten würde.

„Zwei, drei Tage werde ich erst einmal relaxen, die Beine hochlegen und es mir gut gehen lassen, dann aber will ich verstärkt durch Laufen, Schwimmen und Radfahren an meiner Fitness arbeiten und vielleicht auch das ein oder andere Kilo verlieren und natürlich auch ein wenig Segeln gehen, dann aber vollkommen ohne Leistungsdruck. Es wäre doch fatal, jetzt, wo wir auch in Kiel wunderbare Temperaturen haben, auf der faulen Haut zu liegen und darauf zu warten, dass es wieder Winter wird!“

Der nächste Wettkampf wird Anfang September in Weymouth, dem Olympia- Revier von 2012 stattfinden. Bis dahin werden jedoch noch viele Trainingstage vergehen, an denen Lisa weiter an sich arbeiten wird, um ihrem Traum, der Qualifizierung für die olympischen Spiele 2012, ein großes Stück näher zu kommen. „Natürlich ist ‚Olympia‘ noch ein ganzes Stück entfernt und ich muss es schaffen, mich in sehr kurzer Zeit extrem weiterzuentwickeln, aber ich habe starke Partner, die mich unterstützen und das nicht nur finanziell, sondern in erster Linie moralisch, und das ist das Entscheidende. Ganz herzlich danken möchte ich in erster Linie meinem Heimatverein, dem Yachtclub Ruhrland Essen, der mich trotz meines Umzuges nach Kiel sehr unterstützt und stets helfend zur Seite steht. Auch möchte ich mich bei der Gothaer Versicherung, besonders bei Edgar und Sabine Marjan bedanken, die seit Frühjahr diesen Jahres als neuer Sponsor mit an Bord sind. Ich freue mich auf eine lange und erfolgreiche Zusammenarbeit.“

Unterstützt durch



