FSK og sejlsportsligaen

I 2014 deltog FSK i Dansk Sejlunion's sejlsportsliga, og opnåede en flot 7. plads og sikrede dermed FSK's deltagelse i ligaen også i 2015.
Sejlerne fra FSK gjorde en rigtig god figur i ligaen, og gav anledning til en masse god omtale af klubben.
Ligaen videreføres af Dansk Sejlunion i 2015 på nogenlunde samme præmisser som i 2014, og FSK har besluttet at tage udfordringen op, og stiller op i ligaen også i 2015.

Der er for mig ingen tvivl om at DS's sejlsportsliga er fundamentalt baseret på sejlads på højt niveau.
Niveauet i 2014 var højt, men forventes at stige yderligere i 2015. Der arbejdes i DS derfor allerede nu på at etablere en 2. division som supplement til ligaen, og der er et stort ønske om også i løbet af en overskuelig fremtid at kunne lancere en ungdomsliga.
Det er besluttet at FSK i 2015 skal afvikle et ligastævne, og formentlig også et 2. divisions stævne.
Den sportslige målsætning for 2015 vil være at fastholde FSK i ligaen, og dermed sikre deltagelse igen i 2016.

Sejlsportsligaen og breddearbejdet i FSK

Da ligaen er baseret på sejlads på højt elitært niveau vil sejlsportsligaen, ikke i første omgang, have en direkte effekt på breddearbejdet. Det vil være nødvendigt at vi accepterer at "såfremt elite og bredde skal gå hånd i hånd, skal de gå hver for sig". Vi må betragte ligaen som et eliteprojekt, og så med dette udgangspunkt se hvordan vi kan udnytte dette i breddearbejdet.
Jeg tror dermed mere det er de aflede effekter vi skal arbejde på at udnytte. Nogle overskrifter kunne være:

Sejlerne i sejlsportsligaen som rollemodeller
Sammenhold i og omkring klubben
Omtale af FSK, og deraf følgende muligheder for sponsortilskud til breddearbejde
Fundament for anskaffelse af J70 til FSK

Det vil være oplagt at vi, i endnu højere grad end i 2014, forsøger at trække FSK'ere med ud til stævnerne. Der er en fantastisk stemning omkring sejladserne, der foregår så tæt på land så man virkelig kan fornemme den tænding og intensitet der er i bådene. Tænk sig hvis FSK kunne være dem som skabte en stemning omkring ligastævnerne i stil med stemningen til en fodboldkamp. Det ville skabe et fantastisk sammenhold omkring projektet, og bidrage til at brede sejlesporten ud til nye interesserede.

Hvad skal der til

Som sagt tror jeg niveauet i ligaen skærpes væsentligt i den kommende sæson. Vores forudsætning er, som det ser ud nu, at vi ikke i FSK har J70' eller lignende at træne i, op til stævnerne. Det giver nogle udfordringer i forhold hvordan vi forbereder det hold som FSK skal stille med, men det giver også udfordringer i forhold til hvordan vi udtager det hold som skal sejle for FSK.
Min forudsætning for dette er, at jeg udtager det hold som jeg vurderer vil opnå det bedste resultat i ligaen.

Jeg vil naturligvis gøre dette ud fra hvordan jeg kender vore sejlere, og mit udgangspunkt vil være at holdet fra 2014 er mit starthold til 2015.
Det betyder ikke at der ikke kan ændres på dette hold, men det betyder at eventuelle ændringer skal have til formål at gøre holdet stærkere i den forestående sæson. Jeg må naturligvis holde både øjne og ører godt åbne for at sikre at jeg kan løfte denne opgave på bedste vis.
Vi skal selvfølgelig også have en mere langsigtet strategi med holdet, og der arbejdes p.t. i ligaforeningen med ideer om ændring af sejladsbestemmelserne, som giver muligheder for at introducere nye og kommende sejlere på holdene, på en god og afbalanceret måde.

Forberedelsen

At sejle i ligaen kræver grundig forberedelse, og der har vi jo allerede en udfordring idet vi ikke har J70'er at sejle i, og ydermere at de sejlere som p.t. er på holdet ikke bor i Faaborg. Vi må derfor finde alternative træningsformer, og så forsøge at forbedre os på områder som vi nok ikke tidligere har prioriteret helt så højt.

Træningen vil derfor bestå af elementer som :

- Fysisk træning under hensyn til den enkeltes rolle i båden
- Ernæring under træning, op til stævner og under stævner
- Kommunikations- og koncentrationstræning
- Regel- og taktiktræning
- Sejladstræning hver for sig og samlet.

Den fysiske træning- og ernæringsplanlægning er allerede i gang, og sejlerne introduceres hertil i løbet af december. Både den fysiske træning og ernæringsplanerne vil være individuelt tilpasset, og med individuelle mål som matcher sejleren og sejlerens rolle i båden.
De øvrige træninger planlægges løbende. Sejladsmæssigt vil vi forsøge at sejle så meget som muligt i andre bådtyper. Dette vil ofte foregå hver for sig, men vil stadig give "timer på vandet". Derudover vil der blive planlagt træninger i Faaborg hvor vi forventer at lave træningssejladser i vore snipejoller, hvor vi så får mulighed for at arbejde med specifikke sejladssituationer.

Med denne plan håber jeg at vi kan indfri de sportslige mål for FSK i ligaen, og jeg håber at FSK kan bruges ligaholdet som katalysator for en masse arbejde i ungdomsafdelingen. Jeg er sikker på at vi i FSK, med lidt held og en masse hårdt arbejde, her har potentialet til at skabe noget nyt og spændene indenfor sejlsport.

28.11.2014
Henning Sørensen