

SCAe – Junioren Trainingsplan 2026



Optimist Mittwochstraining		
Datum	Uhrzeit	Beschreibung
SA 25.04.2026	09.00 – 12.00	Boote auswintern, bereitstellen und putzen
13.05.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
20.05.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
SA 23.05.2026	ca. 10.30 – 18.00	Club-Regatta: Frühlingsmeisterschaft *
27.05.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
03.06.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
10.06.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
17.06.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
24.06.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
SO 28.06.2026	ca. 10.00 – 17.00	Club-Regatta: Blauband *
01.07.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
06.-10.07.2026	ca. 18.00 – 20.00	Club-Regatta: täglich Abendregatta *
19. – 25.07.26	Reschenseewoche	Segeln, wandern, Velo fahren, ...
19.08.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
SA 22.08.2026	ca. 10.30 – 18.00	Club-Regatta: Sommermeisterschaft *
26.08.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
02.09.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
09.09.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
16.09.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
23.09.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
30.09.2026	13.30 – 16.30 (F) / 16.00 – 19.00 (A)	Optimist Basic Training
SA 24.10.2026	ca. 10.30 – 18.00	Club-Regatta: Herbstmeisterschaft *
SA 31.10.2026	10.00 – 11.30	Boote einwintern und aufräumen

Sommertraining Optimist Basic		
Datum	Uhrzeit	Beschreibung
MO 03.08.2026	13.30 – 17.00	Sommertraining (zusätzliches Intensivtraining)
DI 04.08.2026	13.30 – 17.00	
MI 05.08.2026	13.30 – 17.00	

Regio Cup (regionale Regatten des RVZS) *		
Datum	Uhrzeit	Beschreibung
SA/SO 13./14. Juni 2026	ca. 09.00 – 18.00 Uhr	SC Hallwil
SA/SO 4./5. Juli 2026	ca. 09.00 – 18.00 Uhr	DRCS
SA/SO 29./30. August 2026	ca. 09.00 – 18.00 Uhr	SK Stansstaad (mit Rookies Regio)
SA/SO 12./13. September 2026	ca. 09.00 – 18.00 Uhr	YC Luzern (mit Rookies Regio)

Trainings-Ausrüstung:

Bekleidung dem Wetter und den Temperaturen entsprechend: Neopren, Regenschutz, Sonnenhut, Sonnencreme, Wasserflasche, Snack nach Bedarf, trockene Ersatzkleidung.

* Die Regatta-Teilnahme ist für die Fortgeschrittenen erwünscht, für die Anfänger nach Absprache.