

Interview mit Kim Fernholz



Moin Kim, wie geht's Dir? Wie alt bist Du jetzt eigentlich?

Mir geht es super. Ich bin inzwischen 17 Jahre alt und werde im Mai nächsten Jahres endlich 18. ;)

Was machst Du momentan eigentlich? Abi? Studium? Was sind Deine weiteren Pläne?

Zurzeit gehe ich noch in die Q2 des Rivius Gymnasiums. Im nächsten Jahr werde ich mein Abitur machen und anschließend ab Oktober nach München zum Studieren ziehen. München war schon immer mein großes Ziel, da man hier schnell an meinem Lieblingssegelrevier, dem Gardasee, ist. Zudem erreicht man von dort ja auch schnell die Berge, die ich in meiner Freizeit gerne zum Klettern oder Ski fahren nutze.

Wie gestaltest Du die Winterpause?

Die Winterpause während meiner 420er- und Optizeit waren nie besonders lang. Das Training, oft begleitet durch einige kleinere Regatten innerhalb NRWs und Deutschlands, zog sich oft bis Ende November, teilweise sogar Anfang Dezember. Ein beliebtes Trainingsziel war bis dahin immer das Ijsselmeer und das Regattacenter in Medemblik. Da kam es ganz auf die Temperaturen an. Je nach dem musste aufgrund von Schnee und Kälte auch mal ein Training nach Duisburg zur Theorie verlegt, oder ganz abgesagt werden. Zum Abschluss fuhr man dann Mitte Dezember nochmal zu einer internationalen Regatta, im Opti nach Palma de Mallorca und im 420er nach Imperia. Daraufhin folgte dann aber eine Verschnaufpause, welche jedoch nicht besonders lange anhielt. Ab Januar begannen die Trainingsblöcke in Masnou, Barcelona. Unser Frühjahrstraining mit unserem 420er Trainer Gerd Eiermann gestaltete sich dann über insgesamt vier verlängerte Wochenenden. Zusammen mit dem Ostertraining hatten wir dann bis zur ersten Ausscheidung oft an die 28

Segeltage zusammen. Obwohl das Verpassen der Segeltage und das Nachholen in der Schule ab und zu stressig war, machte es doch Spaß und an den Ergebnisse zeigte sich häufig, das es sich gelohnt hatte.

Um zur Frage zurückzukommen, während der „Winterpause“ lag bei mir immer ein Skiurlaub mit der Familie und auch einigen Bekannten vom Segeln. Zwischen den Trainings generell halte ich mich im Wesentlichen durch Trainingseinheiten im Fitnessstudio, durchs Klettern und durch Laufen fit. Gleichzeitig muss man natürlich auch immer etwas in der Schule nachholen oder für die nächste Klausur lernen. Am Wochenende, freut man sich dann auch mit den Freunden daheim weg zu gehen.

Du segelst zurzeit ja zusammen mit Deiner Steuerfrau Deike auf dem 420er, was macht diese Bootsklasse für Dich aus?

Tatsächlich, habe ich im Sommer bei der WM meine Abschlussregatta im 420er gefahren. Deike und ich hatten gemeinsam entschieden, dass wir im Abijahr ein bisschen Rücksicht auf die Schule nehmen wollten. ;) Schließlich möchte sie nächstes Jahr Medizin studieren.

Der 420er war für mich die beste Bootsklasse, die ich mir hätte aussuchen können. Es war eine unglaublich lehrreiche Erfahrung im Team zu segeln. Man lernt einfach im Team zu handeln und auch die schlechten Zeiten gemeinsam durchzustehen. Gleichzeitig ist es aber auch einfach ein tolles Gefühl gemeinsam die Erfolge zu feiern anstatt alleine auf dem Podium zu stehen. Zudem lernt man im Team aufeinander Rücksicht zu nehmen, sich gemeinsam zu organisieren und zu zweit für ein Ziel zu kämpfen. Ich denke auch das ich in dieser Hinsicht viel für mein weiteres Leben gelernt habe.



Zusätzlich finde ich das der 420er auch eine attraktive Bootsklasse ist, da die Konkurrenz international sehr stark ist. Und obwohl man ja gegenseitig eine Konkurrenz darstellt, besteht eine enge Community zwischen den Seglern, auch international. Gerade während der großen Events wie EM und WM habe ich viele verschiedene Leute aus völlig unterschiedlichen Ländern kennengelernt.

Wie war eure letzte Saison? Was war für Dich bisher der größte Höhepunkt?

Deike und ich kennen uns schon seit den Optizeiten und als beide unserer vorherigen Partner aufhörten mit dem 420er segeln, fanden wir schnell zusammen. Der Plan war



dann, dass wir nach der EM zusammen starteten. Leider klappte das, aufgrund meiner Thrombose im Sommer 2017 nicht wie wir es uns vorgestellt hatten. Erst nach den ersten bedeutenden Regatten konnte ich ab Herbst wieder am Training teilnehmen. Von Regatten war jedoch noch keine Rede. Unsere erste gemeinsame Ausscheidung in Schwerin lief ebenfalls nicht so wie wir es uns vorgestellt hatten. Das Binnenrevier mit den stark drehenden Winden, hatten wir so gut wie nie trainiert zumal dies auch nicht unsere Lieblingsbedingungen waren. Unsere Gesamtplatzierung auf dem 12. Platz ließ einiges zu wünschen übrig. Darauf folgte jedoch das Finale. Hier schnitten wir unseren Erwartungen gemäß ab. Mit dem 4. Platz wären wir auch vollkommen

zufrieden gewesen, wären wir nicht so knapp vor der Teilnahme an der ISAF Worlds in Texas vorbeigerasselt. Dies hat uns sehr geärgert aber wir schafften es dennoch uns wieder aufzurappeln. Die Kieler Woche zählte dann zu unseren Erfolgen. Wir wurden insgesamt zweites deutsches und zweites Damenteam, was bei der Kieler Woche mit vielen internationalen Teilnehmern sehr schwierig ist. Insgesamt landeten wir auf dem 9. Platz. Tatsächlich war auf der Kieler Woche auch genau unser Wind. Konstante 5-6, an manchen Tagen sogar deutlich mehr, Windstärken machten uns schon immer am meisten Spaß. Danach wurden unsere Schiffe für den Container fertig gemacht. Schließlich ging es im August zur Weltmeisterschaft in die USA nah Newport, Rhode Island. Und hier landeten wir auf einem für uns herausragenden Platz. Mit einem 13. Platz unter den Ladies hatten wir nicht gerechnet und das bei sehr schwierigen Bedingungen. Die ersten Tage überschritten wir kaum die sechs Knoten Marke und hatten an allen Tagen extrem viel Strom und eine kabbelige



Welle. Wir konnten gut mit den Spaniern, die als die stärkste Nation gelten, mithalten. Damit hatten wir den besten Abschluss, den man sich für die Saison, aber auch für unsere gesamte 420er Zeit vorstellen konnte.

Was sind Deine Pläne für die nächste Saison?

Meine Pläne für die nächste Saison sind ganz klar wieder mehr zu segeln. Durch die Pause merke ich erst wie viel Spaß es mir macht und ich vermisse es zurzeit ziemlich.

Ich bin Ende dieses Jahres im BYC eingetreten, da ich die Möglichkeit haben will, parallel zu meinem Studium zu segeln. Hier werde ich dann in die Junioren-Bundesligamannschaft einsteigen. Zusätzlich werde ich auf der Waszp am Gardasee trainieren. Dieses Boot hat mich, als ich es letztes Jahr im Sommer ausprobierte, auf Anhieb begeistert. Es ist praktisch die günstigere und vom Aufbau simplerere Alternative zur Motte und foilt über das Wasser. Das Foilen ist für mich eine ganz neue Erfahrung gewesen und erfordert zunächst einmal ganz viel Üben, da es nicht viel Ähnlichkeit mit dem Vorschoter im 420er aufweist. Deshalb werde ich versuchen, so viel zu trainieren wie es mir neben meinem Studium möglich ist, um dann hoffentlich bald bereit für die ersten Regatten zu sein.

Wie sieht eigentlich ein typisches Segelwochenende für Dich aus?

Bei einem typischen Segelwochenende holt meine Mama mich freitags direkt nach der Schule ab (manchmal auch schon etwas früher, damit wir den Stau gegen Mittag vermeiden). Dann geht es mit unserem Wohnmobil auf die Autobahn. Leider haben wir oft sehr viel Stau freitags, sodass wir es am Freitag nicht schaffen das Boot noch aufzubauen. Das müssen wir dann häufig am Morgen machen, was samstags um halb acht aufstehen bedeutet. Dann wird das Boot aufgebaut, etwas Frühsport getrieben und um 10:00 Uhr ist meistens Treffen, segelfertig, mit dem Trainer. Die erste Einheit dauert dann etwa bis ein Uhr an. Was speziell trainiert wird, kommt immer ganz drauf an. Oft fahren wir zu Anfang ein paar Manöver zum Reinkommen, Pfeilen dann etwas am Trimm durch „Angleichen“ (nebeneinander kreuzen mit einigen Pausen um den Trimm zu verbessern) und zum Schluss fahren wir einige Rennen. Nach einer Stunde Mittagspause, geht es direkt wieder aufs Wasser. Am Abend laufen wir uns ab und zu aus oder machen noch eine Videobesprechung. Danach ist man dann auch erstmal platt, isst noch etwas oder macht noch etwas mit den Freunden. Der nächste Tag beginnt immer etwas früher, bereits um neun Uhr mit dem Treffen segelfertig an den Booten, damit wir früher Schluss machen können und nicht zu spät zuhause sind.

Je nach Temperatur folgt dann eine lange Einheit ohne Mittagspause. Zurück an Land, wird es dann oft etwas stressig. Schließlich wollen ja alle so schnell wie möglich verladen. Zum Schluss schafften wir es gut in einer Stunde, noch eine kurze Nachbesprechung und ab auf die Autobahn.

Wo segelst Du am liebsten und hast Du eine Lieblingsregatta?

Das ist eine sehr schwierige Frage. Ich würde sagen die besten Regatten waren für mich immer die großen Meisterschaften, also die WM oder EM. Es ist einfach toll mit dem ganzen Team zusammen zu wohnen und zusammen zu segeln. Man wächst dort

richtig zusammen. Dicht gefolgt sind die Meisterschaften jedoch von der Kieler Woche. Hier gefällt mir nicht nur das Revier super gut, sondern auch das Event selber ist klasse organisiert und es ist immer schön alte Bekannte aus dem Opti, die vielleicht in andere Bootsklassen umgestiegen sind wiederzusehen. Außerdem war dort auch in den letzten Jahren immer ordentlich Wind, welche Bedingungen mir am meisten Spaß machen. Neben Kiel liebe ich es natürlich auch in Barcelona zu segeln. Hier gibt es so hohe Wellen, wie nirgends in Deutschland (außer vielleicht zweimal im Jahr in Warnemünde) und auch der Wind ist recht zuverlässig durch die Thermik.

Wer sind Deine seglerischen Vorbilder?

Ich bewundere die letzten Olympia-Bronzemedallisten Erik Heil und Thomas Plößel. Die beiden haben selber auch mal 420er gesegelt und sind dort Deutscher Meister geworden. Ich finde es bewundernswert, wie sie es geschafft haben so erfolgreich zu sein und gleichzeitig so bodenständig zu bleiben. Die beiden wirken unglaublich sympathisch und sind auch super freundlich.

Wie hast Du es immer geschafft, dass intensive segeln mit der Schule unter einen Hut zu bekommen?

Im Nachhinein frage ich mich das ehrlich gesagt auch immer wieder ☺. Natürlich hat man immer sehr viel verpasst in der Schule (bis zu 150 Fehlstunden im Jahr). Aber ich war in dieser Hinsicht auch recht zuverlässig und habe immer all den versäumten Stoff in der folgenden Woche nachgeholt. Das bedeutete jedoch häufig auch, dass ich bis elf Uhr abends nur an der Schule saß und wenig Zeit für andere Dinge hatte.

Was ist Dein größter Traum im Segelsport noch zu erreichen?

Ich habe bei dieser Frage keinen wirklichen Erfolg vor Augen, bis auf das ich natürlich gerne bei den Waszp-Europeans einmal gut abschneiden möchte. Aber viel wichtiger ist mir, dass ich auch in vielen Jahren noch auf dem Boot sitze und es nicht einfach aufgebe. Ich bekomme immer mehr mit, wie viele nach den Jugendbootsklassen komplett aufhören, weil sie (wie ich) nicht in die olympischen Klassen einsteigen möchten. Das finde ich einfach super schade, deshalb hoffe ich dass ich so lange es geht, dabei bleibe.

Wo können wir Deine weiteren Erfolge verfolgen?

Meine weiteren Erfolge könnt ihr in diesem Newsletter verfolgen, aber auch auf den Social-Media Seiten von mir selber und dem YCL. ☺

Dankeschön!
Fragen von Franziska Heitmann
Bilder: Privat