

## Rüegge / Abicht 49er-Sailing-Team

### Saisonrückblick Saison 2024

Gerne geben wir euch ein Update zu den Highlights unserer zweiten Saison in der Olympischen 49er-Klasse – um es bereits vorweg zu nehmen, es war eine Saison mit sehr grossen Fortschritten und ersten tollen Erfolgen.



**Wintertraining (November-März):** Unsere Saison begann mit einem intensiven Wintertraining in Vilamoura (Portugal), wo wir über den ganzen Winter verteilt mehrere einwöchige Trainingsblocks und zwei Grand-Prix-Regatten absolvierten. Den zweiten Portugal-Grand-Prix beendeten wir auf dem sehr guten 2. Platz.

**Worldcup Palma de Mallorca (März-April):** Gut vorbereitet nahmen wir nach einem weiteren Trainingsblock in Palma am ersten Gross-Event des Jahres, dem World Cup in Palma teil. Dort konnten wir uns in einem hochkarätigen Profifeld (es nahmen alle Olympiateams von Marseille teil) einen soliden Platz im Mittelfeld sichern. Das war ein motivierender Start in die Saison.

### Europameisterschaft La Grande Motte

**(Südfrankreich):** Im Mai ging es zur Europameisterschaft in La Grand Motte (Südfrankreich). Auch dort konnten wir in einem erneut sehr starken Feld eine gute und konstante Leistung abrufen und uns ebenfalls im Mittelfeld etablieren.

**Junioren-EM Lipno (Tschechien):** Nach einer kurzen Pause folgte die erste Junioren-Meisterschaft des Jahres,

nämlich die Junioren-EM auf dem Lipnosee. Nach spannenden und teils sehr knappen Rennen durften wir als Vize-Junioren-Europameister zum Schluss das Podium erklimmen. Das war ein grosses Highlight für uns, ist es doch unser erster Titel an einer Kontinentalmeisterschaft überhaupt – ein Moment, der uns noch lange in Erinnerung bleiben wird und uns zusätzlichen Ansporn für die weiteren Regatten in dieser Saison gab.



**Worldcup Kiel (Norddeutschland):** 3 Wochen nach der Junioren-EM starteten wir mit sehr viel Selbstvertrauen bei unserem zweiten World Cup dieser Saison. Nach einem guten Start in die Serie konnten uns von Tag zu Tag steigern und so kam es, dass wir das erste Mal die Qualifikation für das sogenannte Medal Race (Finale der besten 10 Boote) schafften. Dies ist ein Meilenstein in unserer Karriere, da das Medal Race den Höhepunkt jeder Regatta darstellt und mit besonders hohem Druck und intensiver Konkurrenz

verbunden ist. Das Medal Race wurde dann auch Live im Fernsehen übertragen.

**Junioren-WM Galizien (Spanien):** Unser diesjährige Zielwettkampf und Saisonhöhepunkt war die Junioren-WM in Galicien, denn an diesem Wettkampf mussten wir unsere Mitgliedschaft im Nachwuchskader bestätigen. In einer anspruchsvollen Regatta mit sehr wechselhaften Bedingungen segelten wir konstant in den Top 7 und bis zum allerletzten Rennen waren wir auf Tuchfühlung mit einem Podestplatz. Leider mussten wir in diesem letzten Lauf eine Strafdrehung machen und so erreichten wir zum Schluss den trotzdem grossartigen sechsten

Platz. Mit diesem Top-Ergebnis bestätigten wir nicht nur die Kriterien für das Nachwuchskader, sondern sogar die Limite für das Schweizer Elite-Kader. Mit erst 17 Jahren sind wir somit als jüngstes Team bereits in der Elite angekommen, was eine sehr gute Ausgangslage für unser langfristigen Ziel, die Olympischen Spiele 2028, ist. Als Mitglied des Elitekaders stehen uns nun auch die Türen für die Sport-RS und eine Unterstützung durch die Schweizer Sporthilfe offen.

**Herbst- und Wintertraining:** Nach dem Saisonende konnten wir im September unser neues Boot in Empfang nehmen. Nach einem zweiwöchigen Trainingsblock im Oktober am Gardasee ging es vor zwei Wochen erneut nach Vilamoura (Portugal), wo wir auch diesen Winter trainieren werden. Aktuell stehen wir wieder voll im Trainingsalltag. Neu ist, dass wir nun mit dem Elite-Kader-Trainer, Ian Barker aus England trainieren. Er gehört zu den weltbesten Trainern in der 49er-Klasse. Wir sind sehr zuversichtlich, dass wir uns dank ihm optimal auf die kommende Saison vorbereiten können.

### **Fazit Saison 2024**

Die Saison 2024 war für uns ein Jahr voller grosser Fortschritte und Erfolge. Besonders stolz sind wir auf unseren Vize-Junioren-Europameistertitel und die erstmalige Qualifikation für das Medal Race bei einem World Cup. Mit dem 6. Platz bei der Junioren-WM konnten wir die Kriterien für das Elite-Kader erfüllen und sind damit unserem Ziel, den Olympischen Spielen 2028, einen grossen Schritt nähergekommen.

### **Ausblick/ Programm Saison 2025:**

In der Saison 2025 werden wir im Schweizer Elite-Team trainieren können, was uns die Chance gibt, mit bestmöglicher Unterstützung des Nationalteams und dem Top-Trainer Ian Barker zu arbeiten. Höhepunkt der nächsten Saison wird die Weltmeisterschaft in Cagliari sein, an welcher wir eine Top 25 Platzierung anstreben. Des Weiteren wollen wir uns nächstes Jahr an der Juniorenweltmeisterschaft einen Podestplatz erkämpfen. Nächsten Sommer steht für uns neben Wettkämpfen und Trainingslagern auch die Maturaprüfung an. Dennoch werden wir, dank guten schulischen Leistungen und der guten Zusammenarbeit mit unseren Schulen, unser Trainings- und Wettkampfpensum absolvieren können.

Unsere wichtigsten Events der Saison 2025 sind:

- 28.03.- 05.04.2025 World-Cup Princess Sofia Trofia (Palma de Mallorca, Spanien)
- 19.- 26.04.2025 World-Cup Hyères (Hyères, Frankreich)
- 21.-25.06.2025 World-Cup Kieler Woche (Kiel, Deutschland)
- 14.-20.07.2025 Gdynia Sailing Days (Gdynia, Polen)
- 30.07.-3.08.2025 Juniorenweltmeisterschaft (Kopenhagen, Dänemark)
- 07.-13.10.2025 Weltmeisterschaft (Cagliari, Italien)
- 06.-09.11.2025 Jugendeuropameisterschaft (Palermo, Sizilien, Italien)

Wir möchten uns von Herzen bei euch allen bedanken. Nur dank eurer Unterstützung haben wir die Möglichkeit, unser grosses Ziel Olympische Spiele Los Angeles 2028 zu verfolgen und wir freuen uns, dass wir auch in Zukunft auf eure Unterstützung zählen dürfen.

Wir setzen alles daran, euch auch in der kommenden Saison mit weiteren Erfolgen zu begeistern!

Mit freundlichen Grüssen

Pablo & Linus