

# Jahresrückblick 2022

Julian Hoffmann

Mit zwei Monaten Wintertraining auf Lanzarote zu Anfang des Jahres und einer guten Saisonöffnung Anfang März auf Mallorca fühlte ich mich fit für die Junioren-Europameisterschaft (JEM), bei der ich als Titelverteidiger an den Start gegangen wäre. Ich hatte große Lust auf die Challenge und war hoch motiviert, meinen Europameistertitel im April in Hourtin zu bestätigen.

Unglücklicherweise zog mir eine Knöchelverletzung Ende März einen Strich durch die Rechnung. Beim Basketball riss ich mir die Außenbänder am linken Sprunggelenk und war gezwungen, eine sechswöchige Segelpause einzulegen. Während der Rehabilitationsphase hatte ich gezwungenermaßen Zeit, mich auf die Schule zu konzentrieren. Das Thema Segeln war jedoch in meinen Gedanken allzeit präsent. Durch viele Stunden Lesen in Theoriebüchern habe ich trotz fehlendem Wassertrainings viel dazu gelernt. Gut unterstützt durch meinen Orthopäden, Physiotherapie und meine Familie schritt die Heilung schnell voran. Somit konnte ich nach knapp sechs Wochen Verletzungspause und einer überstandenen Coronaerkrankung wieder langsam und mit schrittweise steigenden Belastungen in meinen normalen Trainingsalltag zurückkehren.

Schon zwei Wochen nach Wiederaufnahme des Trainings stand Anfang Juni der erste wichtigere Wettkampf vor der Tür. Bei der Internationalen Deutschen Juniorenmeisterschaft (U21) vor Kiel gelang es mir, nach drei schwierigen Wettkampftagen mit dem Deutschen Meistertitel nach Hause zu fahren. Gleich darauf folgte Ende Juni die Kieler Woche, bei der ich bei einer starken Besetzung einen soliden 8. Platz erreichte.

Nach weiteren Trainingsmaßnahmen in Kiel und Warnemünde schien mein Comeback gelungen. Mein Fuß brauchte immer weniger Unterstützung durch Tape oder Orthesen und bereitete mir immer weniger Beschwerden. Mit einem Trainingslager und einem Trainingswettkampf Anfang August in Marseille sammelte ich sehr schöne und wertvolle Erfahrungen im olympischen Segelrevier für 2024. Im Hinblick auf die dort stattfindenden Segelwettkämpfe trugen wir viele Revierinformationen zusammen und konnten in einem sehr professionellen Umfeld mit der Weltspitze trainieren. Bei der Trainingsregatta, bei der Olympia-Sieger und Weltmeister am Start waren, gelang es mir einen 24. Platz zu erringen, was mich sehr zufriedenstellte.

Das nächste Event war mein Saisonhöhepunkt im August: die Junioren-WM in Vilamoura/Portugal. Als ich vor einem Jahr auf der JWM die Bronzemedaille gewann, steckte ich mir das Ziel, 2022 ganz oben zu stehen. Ich fühlte mich fit, mein Trainer war extra für mich mitgekommen und mein neues Boot war in Topzustand. Der Wetter-Forecast sagte sehr schwierige Bedingungen vorher, welche wir definitiv auch zu bewältigen hatten. Bei sehr heißen Temperaturen und sehr inkonstantem, leichten Wind fanden nur 7 der geplanten 12 Rennen statt. (Der Schlüssel zum Erfolg) Unsere Taktik hieß, möglichst konstant über 12 Rennen zu segeln, wenig Risiko einzugehen und damit zwar einerseits weniger Ergebnisse jenseits der TOP 10/15 einzufahren, aber andererseits auch geringere Chancen auf TOP 3-Ergebnisse in den jeweiligen Rennen. Ich konnte meine Strategie zum Großteil umsetzen, die sieben durchgeführten Wettfahrten reichten jedoch nicht, um mit dieser Strategie zu gewinnen. Am Ende fehlten mir zwei Punkte zum Weltmeistertitel, für den ich so hart trainiert und den ich so sehr ersehnt habe. Ich landete wie im Vorjahr auf dem dritten Platz, was keine Frage ein außergewöhnlich großartiges Ergebnis ist. Und auch wenn es cool war, dass Gold und Bronze an Deutschland gingen, war es für mich ein enorm harter Moment, dass ich nicht ganz oben stand.

Doch wie es im Leben ist, habe ich auch aus diesem schwierigen Event viel gelernt und definitiv Verbesserungspotential entdeckt. Und außerdem – ob auf dem Wasser oder an Land - es gab viele spannende und emotionale Momente, die ich mitgenommen habe. Leider werde ich aber im nächsten Jahr keine Chance mehr auf den Junioren-Weltmeistertitel haben. Da ich an Weihnachten meinen 20. Geburtstag gefeiert hatte, darf ich in 2023 nicht mehr an den U21-Weltmeisterschaften teilnehmen. So heißt mein Motto für die kommende Saison: Angreifen bei den Erwachsenen und versuchen, dort an die Weltspitze zu klettern. Es wird sicher ein langer und harter Weg, der ohne gute Partner nicht möglich ist. Aber ich freue mich sehr darauf und bin bereit dafür.

Nach der JWM konnte ich während eines kurzen Urlaubs den ganzen emotionalen und körperlichen Stress etwas verdauen und stieg Mitte September mit einem schönen Trainingslager am Gardasee wieder ins Training ein. Kurz darauf, nach einem für mich verspäteten und nur ein paar Tage dauernden Einstieg ins Schulleben, fand die Internationale Deutsche Meisterschaft der Erwachsenen statt, bei der ich den undankbaren 4. Platz belegte. Insgesamt war ich dennoch mit meiner Leistung zufrieden und empfand die IDM als gute Vorbereitung auf die noch bevorstehende Europameisterschaft der Erwachsenen. Diese fand Mitte November in Hyères statt. Auch hier herrschten sehr schwierige Bedingungen bzgl. Wind, Welle und stetig fallenden Temperaturen. Mit mental sehr anspruchsvollen Tagen und durchmischten Ergebnissen platzierte ich mich am Ende der sechs Tage und elf Rennen auf dem 32. Platz. Dieses Ergebnis beinhaltete die Nominierung und den Aufstieg in den Perspektivkader, rundet eine sehr erfolgreiche Saison ab und lässt mich zufrieden in die Winterpause gehen.

Jetzt galt es, sich von der langen Saison zu erholen und Fortschritte im athletischen Bereich zu erlangen. Besonders freute ich mich darauf, die Adventszeit, Weihnachten und den Jahreswechsel in meiner schönen Heimat zu genießen, bevor wir Anfang Januar 2023 mit dem Wassertraining in die neue Saison starteten. Ich kann es kaum erwarten, weitere Fortschritte zu machen.

Erfolge 2022:

Platz 1	damit Deutscher Junioren-Meister
Platz 3	Bronzemedaille bei der Junioren-Weltmeisterschaft
Platz 4	bei der Internationalen Deutschen Meisterschaft (Senioren)
Platz 32	bei der Europameisterschaft Senioren