

Schwimmen

Bezirksmeisterschaften Kurzbahn im Frankenhof

Angesichts der bevorstehenden DMS, dem wichtigsten Wettkampf in der Saison, waren die Bezirksmeisterschaften im altherwürdigen Hallenbad Frankenhof am 12.10. eine willkommene Gelegenheit, nach den Ferien die eigene Form auszutesten. Der Wettkampf an sich gestaltete sich als eine sehr entspannte Angelegenheit, bei der alle viel Spaß hatten, vor allem nach der langen Wettkampf-Abstinenz. Es wurden viele gute Zeiten geschwommen, was wohl auch an der vertrauten Umgebung und der angenehmen Atmosphäre lag. Es war auch ein Wiedersehen mit unseren Freunden aus Herzogenaurach, mit denen man gleich seine Zeiten vergleichen und sich messen musste. Es war aber auch eine kleine Premiere, weil es der erste Wettkampf ohne unseren Cheftrainer Alex Nihuijs war, der zurzeit für acht Monate in den USA arbeitet. Aber ich glaube, seine Vertretung Christoph Grandjean und Thorben Widderich haben diese Herausforderung recht gut gemeistert.

Für den SC-Uttenreuth starteten: Anika Schroft, Anja Burgermeister, Bettina Hörbe, Christoph Grandjean, Claus Eichhorn, Jan Brackenhauer, Karolin Müller, Lukas Albert, Marie-Theres Gmeiner, Nils Dittrich, Susan Müller, Tamara Kuhn, Tobias Diercks, Tobias Horak und German Kuhn.

Lukas

Unser Mini – Trainingslager der Kleinen in Kirchehrenbach vom 31.10.08 – 02.11.08

Wie jedes Jahr Anfang November führen wir mit unseren Kleinen nach Kirchehrenbach, um dort fleißig zu trainieren.

Nachdem wir am Freitag in der Turnhalle ankamen, richteten wir unseren Essensplatz und unsere Schlafplätze, damit wir das nicht mehr abends nach dem späten Training erledigen mussten. Anschließend gingen wir zwei Stunden schwimmen.

Am Samstag Morgen ging's nach dem Frühstück auch gleich wieder los zum Schwimmen. Wieder in der Turnhalle angekommen, gab es Mittagessen und wir entspannten uns bei einem kleinen Mittagsschlaf.

Nach unserem kurzen Nickerchen folgte das nächste Training. Da wir zwischen dem 2. Training und dem Abendessen ziemlich lange Zeit hatten, überlegten wir uns einen Parcours. Weil die Kleinen auch mal liebend gern ihre Trainer schwitzen sehen wollten, beschlossen sie, gegen uns den Parcours zu durchlaufen .

Trotz zweier Trainingseinheiten in den Knochen haben sie gegen uns gewonnen.

Am Sonntag mussten wir schon sehr früh aus den Federn, da wir bis Mittag noch vier Stunden Training vor uns hatten. Nach dem zweiten Frühstück ging es ans Aufräumen. Jeder musste mit helfen, die Turnhalle zu putzen und seine Sachen zu packen. Nachdem die Turnhalle dann wieder richtig sauber war, ging's zum letzten Training, in dem nur eine Stunde geschwommen wurde. Die zweite Stunde verbrachten wir dann mit Staffeln und Spielen. Als wir uns gegen drei Uhr auf den Weg nach Hause machten, hatten wir ein tolles Wochenende mit viel Schwimmen und reichlich Spaß hinter uns.

Schwimmen

Wir würden uns freuen, wenn nächstes Jahr wieder so viele Kids an unserem Mini – Trainingslager teilnehmen würden.

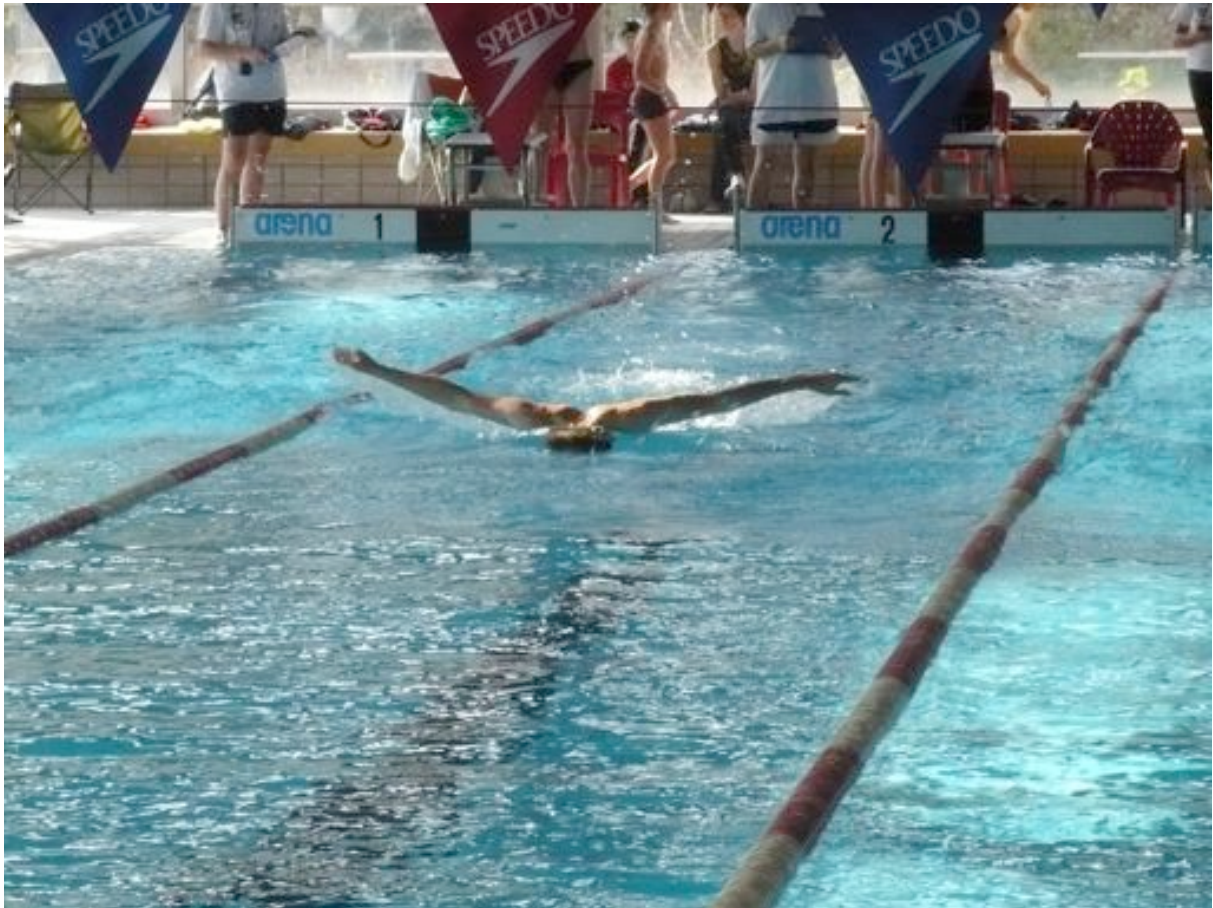


Mit dabei waren (von links nach rechts): oben: Kerstin, Lisa, Bianca, Susann, Lara, Andrea, Dunja, Jan unten: Marion, Felicitas, Anna, Oliver, Lea, Bianca, Tom, Timo, Robin, Jakob, Dorothea. (Nicht auf dem Bild: Andi)

Lisa

Schwimmen

Langstreckenschwimmen am 18./19.10.08



Jochen Phillip auf dem Langstreckenschwimmen in Nürnberg.

Es starteten außerdem: Alexandra Röss, Anja Burgermeister, Bettina Hörbe, Bianca Schmitt, Christoph Grandjean, Claus Eichhorn, Jan Brackenhammer, Karolin und Susann Müller, Nils Dittrich, Stephanie und Tobias Horak, Tobias Diercks und Vanessa Röss

Trainingslager der „alten Säcke“

Hoch motiviert und voller Tatendrang (eigentlich eher: „Oh mein Gott wieso tu' ich mir die Qual eigentlich jedes Jahr wieder an“ ;-)) machten sich am 31.10 die „Alten Säcke“ unter uns Schwimmern auf nach Hof, um dort noch die letzten paar Zehntel aus Muskeln und Technik zu kitzeln. Denn die DMS (Deutsche Mannschaftsmeisterschaften) stehen vor der Tür, der größte Wettkampf des Jahres, und auf diesen will man natürlich gutvorbereitet sein. In Hof angekommen wären sie nach einigen kleinen Problemchen mit der dortigen Jugendherberge fast schon wieder dem alten Urteil „Hof ist doof“ verfallen, doch zum Glück ließ sich alles zur Zufriedenheit aller Beteiligten regeln und die „alten Säcke“ (eigentlich nur 21-36 Jahre alt) konnten sich endlich häuslich einrichten. An den folgenden Morgen hieß es früh aus den schönen warmen Federn und nach einem ausgiebigen Frühstück ab ins Wasser und ordentlich Kilometer machen. In den 6 Trainingseinheiten an diesem Wochenende kamen insgesamt 32 ermüdende und teilweise auch schmerzende Kilometer zusammen. Zwischen den Beiden Trainings pro Tag wurde erst einmal ordentlich gegessen, und die Küche der Jugendherberge ließ auch keine Wünsche offen. Nach einem ausgedehnten Mittagsschlaf

Schwimmen

und schließlich der Zweiten und damit letzten Trainingseinheit jeden Tages gab es zum Glück noch ein entspannendes Aromadampfbad, das auch ausgiebig in Anspruch genommen wurde.

Jetzt bleibt nur noch zu hoffen, dass sich die ganze Schinderei auch gelohnt hat, aber die Erfahrungen der letzten Jahre deuten stark darauf hin (aus diesem Grund tut man sich das immer wieder an).

Christoph Grandjean

Fürther Kinderschwimmen

Wie jedes Jahr fand am 9. November das Fürther Kinderschwimmen statt. Am Vormittag schwammen zuerst die Kleinen, die zum Großteil ihren ersten Wettkampf geschwommen sind und das auch prima meisterten. Am Nachmittag kamen dann die Älteren. Auch bei den Größeren war es für einige der ersten Wettkampf, doch auch hier absolvierten alle ihren Auftritt sehr gut. Wie zum Beispiel Anna Dittrich, Franziska Wölfel, Bianca Grandjean und die ganzen anderen erfolgreichen Schwimmer von unserem Verein. Insgesamt hatten auf jeden Fall alle Schwimmer, die an diesem Sonntag in Fürth dabei waren, ihren Spaß beim Schwimmen.

Claus



mit allen Wettkampfergebnissen und allen nötigen Infos!