

Schwimmen

Pfingsttrainingslager in Mauth



Leiden im Trainingslager: Spezialübung „Beine vertikal“ – versuchen Sie es doch mal 😊

Wie jede Pfingstferien entschieden sich viele Schwimmerinnen und Schwimmer der Wettkampfmannschaft 1 und 2 ins Trainingslager zu fahren. Direkt nach unserer Ankunft in der schönen Jugendherberge Mauth, absolvierten wir auch schon gleich unsere erste Trainingseinheit im 20 Minuten entfernten Hallenbad in Freyung. Allerdings warteten ja noch 13 weitere (die Trainings werden von den Schwimmern alle sorgfältig gezählt) anstrengende aber zum Ende hin immer entspanntere 😊 Trainingseinheiten auf uns. Die Verpflegung in der Jugendherberge war nicht nur mengenmäßig sehr zufriedenstellend! Für eine kleine Mittagspause mit einem Verdauungsschläfchen zwischen den zwei Trainings war auch gesorgt. Damit wir um halb sieben vor dem ersten Training richtig wach waren, sind wir jeden zweiten Morgen noch eine kleine Runde durch Wald und Wiesen gejoggt. Da die Temperaturen für Mai jedoch erstaunlich kalt waren und einige Teilnehmer schon mit der einen oder anderen Erkältung kämpfen mussten, gestaltete sich die Joggingeinheit nach und nach zu einer Freiwilligenaktion. Abends dagegen wurden gemeinsam aber wieder alle Muskeln durch Dehnübungen gelockert.

In der Halbzeit findet immer ein Wandertag statt. Dieses Jahr ging es durch den Bayerischen Wald. Die Wanderung endete mit heiteren Schwimmern, aber nassen Schuhen.

Als würdevollen Abschluss für eine schöne Woche beendeten alle die gemeinsame Zeit mit einem bunten Abend. Es gab Spiel, Spaß und Spannung bis in den späten Abend!

Am darauffolgenden Tag ging es auch schon wieder mit erschöpften, aber gutgelaunten Schwimmern und zufriedener Trainer nach Hause. Auch dieses Jahr können wir auf ein sehr gelungenes Trainingslager zurückblicken und freuen uns schon aufs nächste!

Paula

Weiden 2013

Weiden... Irgendwo klingelt es da im Kopf eines Uttenreuther Schwimmers... Ach ja, richtig, da kommt unser Gastschwimmer Christoph her, Weiden in der Oberpfalz. Weil es auch da Schwimmwettkämpfe gibt, an denen wir auch schon erfolgreich teilgenommen hatten, bot es sich dieses Jahr als gute Alternative für den Kurfürstenpokal in Amberg an (was sich als sehr gut gepokert herausstellte, da dieser dem Sintflutregen im Frühsommer zum Opfer fiel).

Also wurden wurden bereits am Freitag den 7.6. die Autos gesattelt und es machte sich

Schwimmen

eine kleine aber feine Horde Schwimmer um die Betreuer Christoph und Lukas auf den weiten Weg in die Oberpfalz. Dort angekommen gab es noch einen kleinen Abendausklang in Form von Beachvolleyball und Grillen bis es dann ja nicht zu spät ins Bett (beziehungsweise Zelt) ging, man will ja fit sein für den nächsten Tag! Die beiden Wettkampftage selber liefen sehr gut, es wurden viele Bestzeiten und Pflichtzeiten für die bayerischen Meisterschaften geknackt, die Stimmung war, genau wie das Wetter, durch die Bank sehr gut.

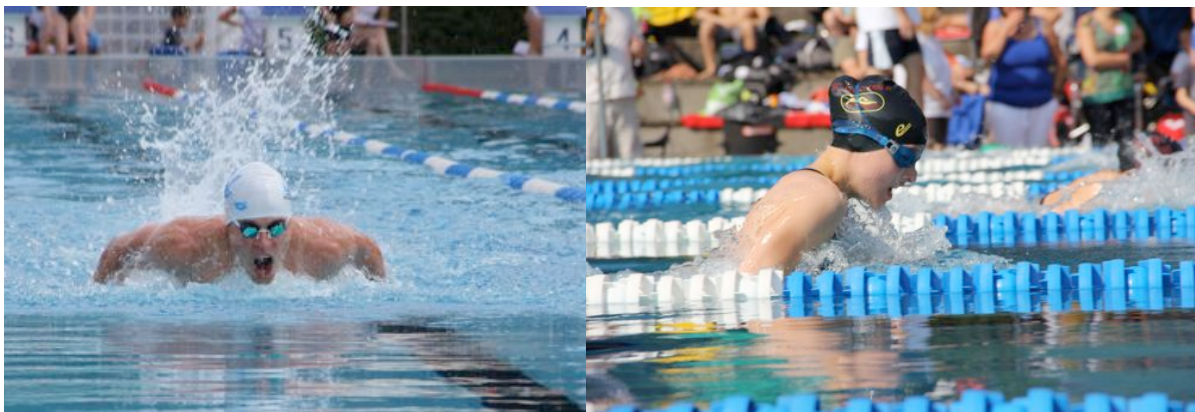
Am Sonntag wurde nach dem Wettkampf gerade noch der rechtzeitige Absprung geschafft, keine zehn Minuten nachdem der letzte Lauf aus dem Schwimmbecken gestiegen war ergoss sich alles was den Schwimmern das Wochenende erspart geblieben war. Ein sintflutartiger Wolkenbruch mit Gewitter ergoss sich über das Freibad und zwang auch die Badeaufsichten, das Becken zeitweise zu sperren. Die SCU-Schwimmer störte das recht wenig, die Zelte waren kurz vor dem Regen abgebaut und verladen worden, lediglich der Weg zum Auto stellte sich als länger heraus als geplant.

Lukas



Unser Team in Weiden: Anna, Paula, Jonas, Nils, Lara, Lukas, Eva, Christoph

Mittelfränkische Meisterschaften in Fürth, 06.07.-07.07.



Entschlossen zur Bestzeit: Lukas Albert beim Schmetterlingschwimmen, Paula Hebecker beim Brustschwimmen

Schwimmen

Die Vorbereitung auf die Höhepunkte der Sommersaison stand unter keinem guten Stern. War das Trainingslager noch ein voller Erfolg gewesen, so bereitete uns der Trainingsausfall durch Umbauarbeiten am Bad nach den Pfingstferien Kopfzerbrechen. Nur teilweise konnten wir kurzfristige Lösungen finden, die aber nicht all unsere Schwimmer wahrnehmen konnten. Das einsetzende Bädersterben (z.B. Kirchehrenbach) macht sich also leider schon bemerkbar.

Es war also nicht ganz klar, ob sich die SCUler auf den Bezirksmeisterschaften, die für alle, bis auf die wenigen Starter auf Bayerischen Meisterschaften zwei Wochen später, das letzte „Aufbegehren“ der Saison sind, in der entsprechenden Form präsentieren könnten. Aber – unverhofft kommt oft – die Form war bei den meisten da!

Bei bestem Wetter im schönen Fürther Freibad zeigten Lara Burgermeister und Anna Dittrich ganz starke Leistungen mit nahezu ausnahmslos Langbahn-Bestzeiten. Beide waren insbesondere auf den Rückenstrecken hervorragend unterwegs.

Unsere drei „Masters-Mädels“ (so wird man genannt, wenn man alt, also 20 oder älter ist ;-)), Anika Schroft, Marie-Theres Gmeiner und Karolin Müller konnten ebenfalls sehr zufrieden sein. Besonders Karolin hatte einen Spitzen-Tag erwischt.

Das konnte man von Tamara Kuhn und Tobias Diercks leider nicht behaupten, sie wollen in der nächsten Saison wieder zeigen, was in ihnen steckt – und das ist so einiges!

Alexandra Ress und Christoph Stadelmaier hatten ein Wochenende mit Höhen und Tiefen, Alex war vor allem auf den kürzeren Strecken mal wieder in toller Form, auf den mittleren Strecken war dagegen manchmal auch etwas der Wurm drin. Christoph muss vor allem noch etwas an seiner Renneinteilung feilen.

Jonas Melchner bewies, dass er den Spitznamen „The Tank“ zurecht trägt und spulte, ausnahmslos in Bestzeit, ein echtes Mammutprogramm ab.

Noch mehr Starts hatte nur Nils Dittrich aufzuweisen, der auf den Schmetterlingstrecken grandios im „Flow“ unterwegs war und seinen Kurzbahn-Vereinsrekord auf 50 m sensationell unterbieten konnte. Auf den anderen Lagen verlief es dafür diesmal eher durchwachsen.

Alles andere als durchwachsen waren dagegen die Leistungen von Lukas Albert und Paula Hebecker. Lukas steigerte sich über 50 m Schmetterling um über eine Sekunde und zeigte sich technisch von seiner besten Seite (die selbst sein Trainer noch nie von ihm gesehen hatte). Paula, eigentlich gesundheitlich noch angeschlagen, wuchs regelrecht über sich hinaus und qualifizierte sich auf allen drei Bruststrecken für die Bayerischen Meisterschaften.

Besonders hervorzuheben sind die Leistungen von Charlotte Hebecker und Annika Wallerer, beide erst 10 Jahre alt und noch in unseren Nachwuchsgruppen unterwegs. Nicht nur, dass sie die jüngsten Teilnehmer für uns auf Bezirksmeisterschaften seit langem sind, sie staubten auch richtig gute Plätze (stets Top 10) in tollen Zeiten ab. Charlotte qualifizierte sich sogar, auf ihrem dritten Wettkampf überhaupt, für das 200m Lagen Finale um den „Bezirks-Nachwuchsmeister“ – und wurde in eindrucksvoller Manier siebte.

Alex

Schwimmen

Bayerische Jahrgangsmesterschaften in Burghausen, 19.-21.07.



Obligatorisch muss das Bild zu den Bayerischen etwas Besonderes sein. Diesmal eine Hebefigur: Paula, Nils, Alex (außer den anderen Badegästen wurde niemand verletzt ;-))

Zwei unserer Schwimmer hatten es geschafft, sich für das Highlight zum Abschluss einer langen Saison zu qualifizieren: Paula Hebecker und Nils Dittrich hatten sich durch stark verschärfte Pflichtzeiten nicht beirren lassen und waren auf mehreren Strecken dabei.

Durch den besonderen Umstand, dass der Wettkampf im fast drei Stunden entfernten Burghausen stattfand, wurde das Wochenende sogar ein richtiges Abenteuer. Wir waren auf einem Bauernhof untergebracht und ließen uns auch die schöne Burghausener Burg und Altstadt nicht entgehen (und das Eis und die Pizza, die diese auch zu bieten hatte).

Nun zum Sportlichen: Paula zeigte auf ihren zweiten Bayerischen Meisterschaften, dass sie in der letzten Saison eine starke Entwicklung hingelegt hat. Anders als im vergangenen Jahr, ließ sie sich nicht zu sehr durch die Atmosphäre beeindrucken. Über 50 m Brust gelang ihr, nach leicht verunglücktem Start ein tolles Rennen und ein 11. Platz. Über 200 m Brust wurde sie 15., wobei sie sich nicht durch einen etwas zu schnellen Angang aus der Bahn werfen ließ, sondern bis zum Ende kämpfte wie verrückt, um dann in einer starken Zeit anzuschlagen. Über 100 m Brust reichte es mit einem technisch nahezu perfekten Rennen dann nochmal zum 13. Platz. Paula krönte hiermit eine tolle Saison.

Nils haderte zunächst mit dem, für ihn so wichtigen „Flow“. Auf den Schmetterlingstrecken wollte das gewohnte, perfekte Gefühl einfach nicht aufkommen. So „verlor“ er gegenüber den Bezirksmeisterschaften eine halbe Sekunde je 50 m, und war damit nicht ganz zufrieden. Und doch waren die Leistungen hoch einzuschätzen, erreichte er doch jeweils Rang 7 über 100 m und 50 m in seiner Hauptlage. Pech hatte er dann über 50 m Freistil, wo er, stark unterwegs, den Anschlag verpatzte und 13. wurde. Dass den inzwischen 16-jährigen so etwas nicht so schnell aus der Bahn werfen kann, bewies er dann aber zum Abschluss. Über 50 m Rücken erwischte er einen perfekten Start und erreichte eine, auf der Langbahn nicht für möglich gehaltene Zeit von 0:29,8. Dies bedeutete Platz 4 in seinem Jahrgang.

Sowohl Paula als auch Nils mischten also sehr gut im Konzert der Großen mit, belohnten sich für eine starke Saison und zeigten, dass man noch einiges von ihnen zu sehen bekommen wird.

Alex

Schwimmen

Pulverseeschwimmen 2013

Kurz vorm Ende der Saison stand für die Nachwuchsmannschaft und die 2. Wettkampfmannschaft noch der -bei allen beliebte- Pulverseewettkampf an. Obwohl dieses Jahr leider nicht gezeitet wurde, waren wir wieder eine große Gruppe an motivierten Schwimmern und Schwimmerinnen, die nach einer längeren Zeit ohne Wettkampf ganz heiß auf neue Bestzeiten waren. Am Samstag starteten wir bei schönstem Wetter in den Wettkampf. Nachdem alle über die 50m Kraul super in den Wettkampf starteten, freuten sich alle Schwimmer auf ihren zweiten Start, auch wenn manche mit der Streckenauswahl der Trainier nicht ganz zufrieden waren;). Nach einem langen ersten Wettkampftag freuten sich dann doch alle auf ihr gemütliches Bett daheim ☺. Sonntagfrüh trafen wir uns dann wieder ausgeruht und mit neuer Motivation für den zweiten Wettkampftag. Und man glaubt es kaum auch dieser Tag begann ohne Regen oder Gewitter☺. Denn wer die letzten Jahre bei diesem Wettkampf dabei war weiß, dass es für gewöhnlich nur einen Tag gibt, an dem die Sonne scheint. Nach dem Einschwimmen wurden den Schwimmern nochmal ihre Disziplinen ins Gedächtnis gerufen. Dann konnte der zweite Wettkampftag starten! Alle aus der Nachwuchsmannschaft absolvierten ihren ersten und vielleicht auch schon ihren zweiten Start prima. Doch erst zum Abschluss des Wettkampfes kam für manche noch die Premiere über 200m Kraul. Nachdem auch diese Starts erfolgreich absolviert wurden hieß es dann: Zusammenräumen und auf Wiedersehen Pulversee, bis nächstes Jahr!

Claus

Grillfeier der Schwimmabteilung, 22.07.

Am 22. August 2013 fand wieder unsere jährliche Grillfeier statt, die wieder von einigen unserer Eltern geplant wurde.

Bei strahlendem Sonnenschein konnten sich sowohl unsere Schwimmer, als auch Familien und Trainer unterhalten, während sie das reichhaltige und schmackhafte Buffet genossen.

Ein kleiner, aber für uns sehr bedeutsamer, Einschub war die Verabschiedung unserer jahrelangen Nachwuchsbetreuerin und -organisatorin Andrea. Sie hat in den letzten Jahren viele Kinder und Jugendliche an Wettkämpfe herangeführt, sodass diese auch heute noch gerne an Wettkämpfen teilnehmen und hervorragende Leistungen liefern. Mittlerweile haben es auch schon einige dieser in die WK1 geschafft und der Weg steht frei für weitere junge Schwimmer!

Nach und nach gingen alle nach Hause und wir haben die Grillfeier langsam ausklingen lassen.

Ein gelungener Abschied einer schönen Saison. Also auf zur Nächsten, diesmal mit neuer Nachwuchsleitung!

Tobi

Schwimmen

**Unser Abteilungsleiter hat geheiratet!
Herzlichen Glückwunsch, Christoph!**



mit allen Wettkampfergebnissen und allen nötigen Infos!