

Saisonvorbereitung mit Triathlonabschluss

In den letzten beiden Wochen der Sommerferien wurden von den Schwimmern der 1. und 2. Wettkampfmannschaft bereits wichtige Grundlagen für die kommende Saison gelegt. Durchschnittlich konnte das Trainerteam (Matthias, Sandra, Nicole, Ina und Julia) ca. 15 Aktive zu den Einheiten begrüßen. Noch etwas gewöhnungsbedürftig war sicherlich das gemeinsame Aufwärmen vor dem Training mit einigen Kräftigungsübungen. Aber auch hier konnte man schon Fortschritte in der Ausführung verzeichnen. Wer an allen 11 Einheiten teilgenommen hat, hat ca. 52 km im Wasser zurückgelegt.

Etwas Besonderes hatte sich das Trainerteam für den abschließenden Samstag überlegt. Ein „Spezial“-Triathlon wurde angeboten. So trafen sich am Samstag 11 mutige Schwimmer am Baggersee in Meppen. Der Triathlon bestand aus schwimmen, laufen und einem Quizz. Kurz vor dem Start paddelte Nicole mit einem Schlauboot auf den See, um die Schwimmstrecke vorzugeben. Nach dem Start ging es in Richtung Schlauchboot, welches umrundet werden musste und wieder zurück zum Ausstieg. Ca. 500m waren zu absolvieren. Zur Absicherung der Schwimmer schwamm Ina als letzte hinter dem Feld her. Dann schnell in die Laufschuhe, Hose und T-Shirt an und los ging es 2 Runden um den See (ca. 3,5 km). Besonders eilig hatte es hier Alex, der einfach ohne Schuhe loslief. Nachdem alle die 2 Runden geschafft hatten, war Kopfarbeit gefragt und der eine oder andere musste sich ganz schön anstrengen, um die 15 Fragen zu beantworten. Sollte hier doch das Wissen rund ums Schwimmen und den Schwimmverein vertieft werden. Die erzielten Punkte wurden in Bonussekunden umgerechnet (1 Punkt = 5 Sekunden) und konnten beim würfeln noch erhöht werden.

Das Endergebnis stellt sich wie folgt da:

Jg. 1999 und älter Jg. 2000 und jünger

1. Platz	Alex Menke	Felix Berling
2. Platz	Sophie Buß	Magnus Kamp
3. Platz	Victoria Buß	Rebekka Conen
4. Platz	Jan Fährmann	Anna Siebels
5. Platz	Paul Kamp	
6. Platz	Vero Steenkamp	
7. Platz	Jannis Hettwer	

Nach einer kleinen Siegerehrung mit Sachpreisen, ließen sich die Schwimmer, Trainer und unterstützenden Eltern eine leckere Pizza schmecken und Pläne für den nächsten Triathlon wurden bereits geschmiedet.

Das Trainerteam war sehr zufrieden mit dem Engagement unserer Schwimmer und hofft auf eine erfolgreiche Saison. Ihren Ehrgeiz und ihr Durchhaltevermögen haben alle bewiesen.