

Trainingswochen in den Herbstferien für die anstehenden DMS mit Abschluss in Quakenbrück

Um optimal das Projekt DMS Bezirksliga in Angriff zu nehmen hatten sich Trainer und Schwimmer auf 2 Trainingsintensive Wochen im Meppener Hallenbad eingestellt. So hieß es in den zwei Wochen täglich (außer Wochenende) mindestens eine Einheit und dreimal die Woche zwei Einheiten am Tag zu absolvieren. Diese wurden von Sandra Geiger vorbereitet und unterstützt von Matthias Kuper und Nina Redenius-Heber in die Tat umgesetzt. Zum Abschluss sollte die Form beim Freundschaftswettkampf des TSV Quakenbrück getestet werden. Dass hier Bestzeiten geschwommen werden können hatten die Trainer sicherlich nicht erwartet, aber einige belehrten sie eines besseren. Begonnen wurde der WK mit der 4*50 m Lagenstaffel in der Besetzung Nina Keuter, Nicole Heidemann, Julia Stüwe und Sandra Geiger (Platz 1) und Wiebke Schepers, Alexandra Friese, Janina und Rebecca Bang (3. Platz) und im 2. Abschnitt mit der 4*50 m Freistilstaffel (2. und 3. Platz). In ihrer Altersklasse belegte Julia Stüwe (Jg. 1989) viermal den 1. Platz, ebenso wie Alexandra Friese (Jg. 1992), und Sandra Geiger (AK30). Nina Keuter (Jg. 1993) belegte viermal den 1. Platz und einmal den 2. Platz, sowie Nicole Heidemann (AK 25) fünfmal den 1. Platz. Dreimal Platz 1 und einmal Platz 2 waren die Ausbeute von Wiebke Schepers. Rebecca Bange (Jg. 1993) belegte zweimal den 2. Platz, einmal den 3. Platz und einmal den 5. Platz. Ihre Schwester Janina belegte einmal den 2. Platz, den 3. Platz, den 4. Platz und den 7. Platz. Aber es sollte bei diesem Wettkampf nicht um Platzierungen gehen, sondern um die Zeiten. Diese konnten sich nach den anstrengenden Trainingswochen sehen lassen. Viele neue Bestzeiten (7) bzw. nahe an den Bestzeiten konnten notiert werden. Dies lässt für die anstehenden Wettkämpfe hoffen. Des Weiteren wurden fast alle auf Video aufgenommen und im Anschluss analysiert. Ein Dank gilt Wieslawa Friese, die sich als Kampfrichter zur Verfügung gestellt hat.