

von pupertierenden Nemos

Freitagstraining 08.05.

Vorweg ein riesengroßes Dankeschön an **Heike** Schiebel, die sich heute ganz allein mit den „Plagen“ herumärgern musste, da die restliche Trainerschaft (auch Drückeberger genannt) beim DRK-Lehrgang war. Nein- im Ernst, es war sehr interessant, hilfreich und auch mal lustig (Bilder: Photohandy von Anne) und wir empfehlen hiermit allen Lesern, immer mal wieder Erste Hilfe aufzufrischen.



Wen küsst die Chefin hier eigentlich???

Nun der Bericht der Freitags- **Chef**-Trainerin..... herself: **Heike**

Freitags-Haie: Wenn nach dem Training der Eisbecher lockt....

10 Haie haben sich am Freitag zum Training eingefunden.
Darunter Christian, der letzte Woche bei der Schwimm-Mai-le Schwimmhallenluft geschnuppert hat und nun auch unser Training testen wollte. Nachdem sich die Kids darin übten, 50 Meter gleich bleibend schnell zu schwimmen, holten wir die Tauchringe raus. Schön, dass mittlerweile alle richtig unter Wasser tauchen können und auch die Tauchstrecken nehmen zu!! 10 Meter schaffen alle, Jonas sogar 25 m, Pitt 20m und Adrian 15m! Anschließend übten wir noch Startsprünge. Vielleicht hört ja bald die Fragerei auf, „ob wir auch mit den Füßen zuerst reinspringen“ dürfen, schließlich seid Ihr alle mit dem Kopf voran vom Startblock „gehüpft“.
Und nun zu Dir, lieber Pitt, so einen leckeren Eisbecher muß man sich doch verdienen?? Oder??
Der Hai war zum Vergeben leider nicht da.

Nemos: Von pubertierenden Nemos...

Nachdem die Diskussionen schon um das Einschwimmen entfacht waren-es sollten sagenhafte 8 ganze Bahnen geschwommen werden(!)- wurde geschummelt, was das Zeug hielt...
Die Nemos schwammen u.a. zwei Staffeln gegeneinander und an dieser Stelle sei bemerkt: liebe Hannah, liebe Franzi, das Ziel eines Staffelschwimmens besteht darin, mit seiner Staffel vor dem Gegner anzukommen!
Mit dem „Gegner“ gemeinsam zu schwimmen, nennt man Synchronschwimmen. Eure Schwimmstile sehen zunehmend besser aus, sind aber noch ausbaufähig. Eure Zankereien und Neckereien hingegen..... weltmeisterlich.... Teenis halt....
Auch die Nemos wollten noch tauchen, übten Startsprünge und den Rückenstart. Nora gab sich viel Mühe, ließ sich nicht vom Geschnatter der anderen anstecken und bekam den Nemo.

Heike