

Nemo - das Bienchen

Freitagstraining 12.06.

Haie II



Auch hier waren Basisübungen zum Startsprung Thema der Stunde, wollen wir doch der Konkurrenz schon beim Reinspringen eine Nasenlänge voraus sein...



Oben Jonas, Adrian, Max, Alex, Vincent, Virginie und Florian...



Florian musste die Zähne zusammenbeißen und schaffte nach mehrmaligem Probieren dann einen Sprung, der bei nochmaligem Üben dann auch ein Startsprung werden wird. Ich glaube fest daran, Florian! Für deine Ausdauer bekommst Du heute den Hai-



Herzlichen Glückwunsch, FLORIAN...

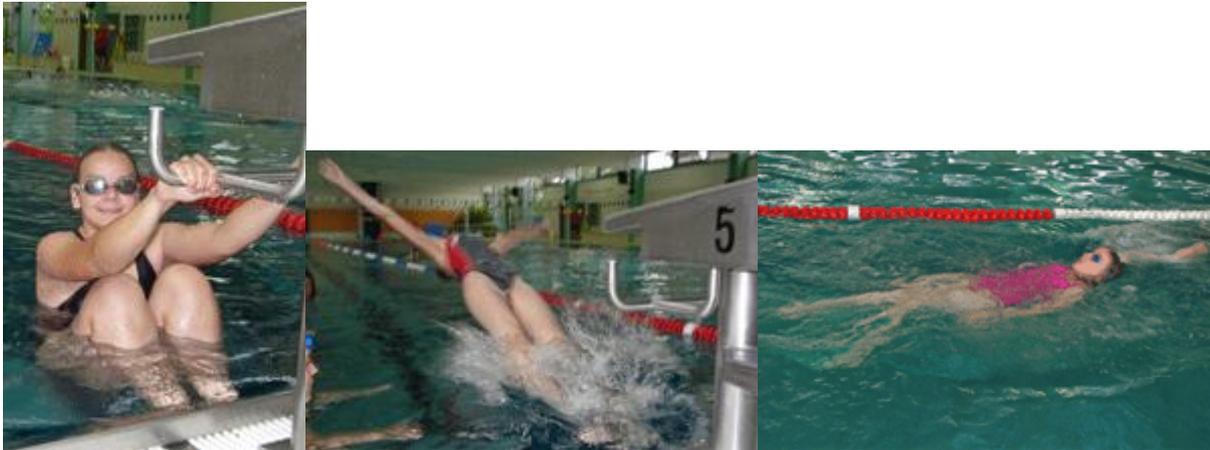


Glückwunsch, Virginie und weiter so....

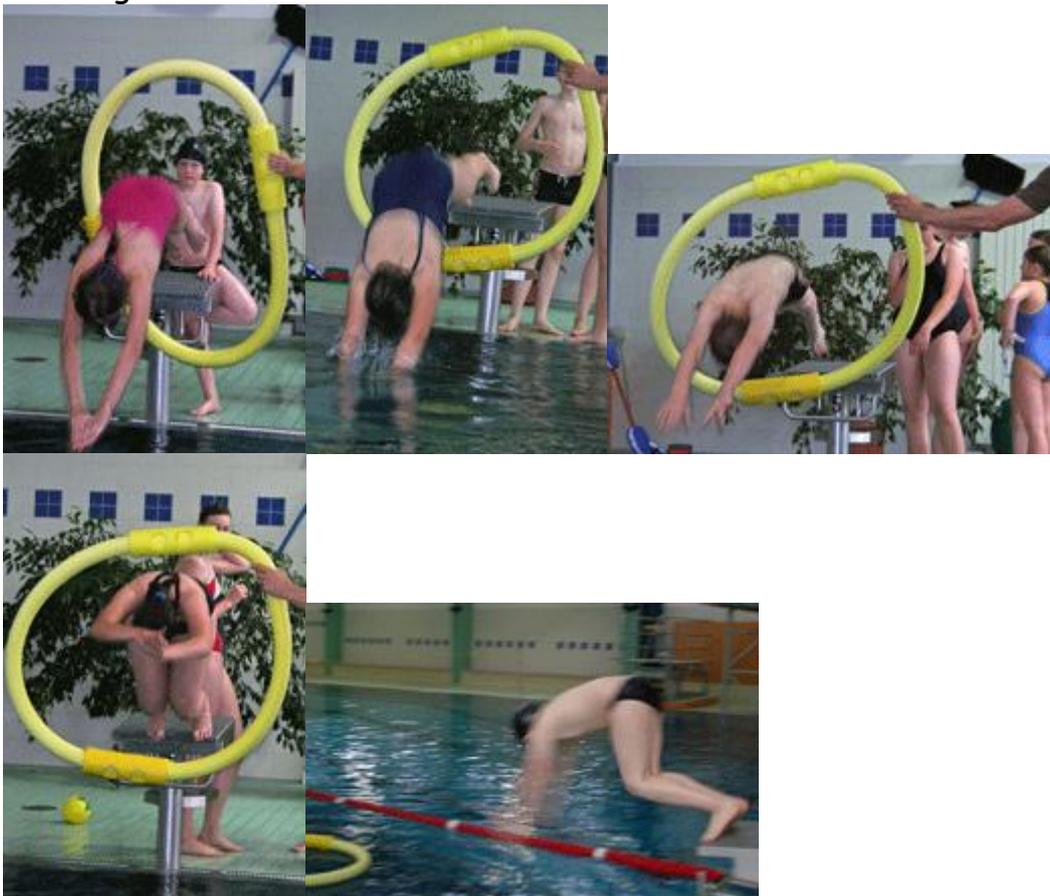
Virginie hat heute außer der Reihe sich ebenso ein Bienchen verdient, hat sie doch gleich beim Training so ganz nebenbei das Schwimmabzeichen in Bronze absolviert.

Nemos

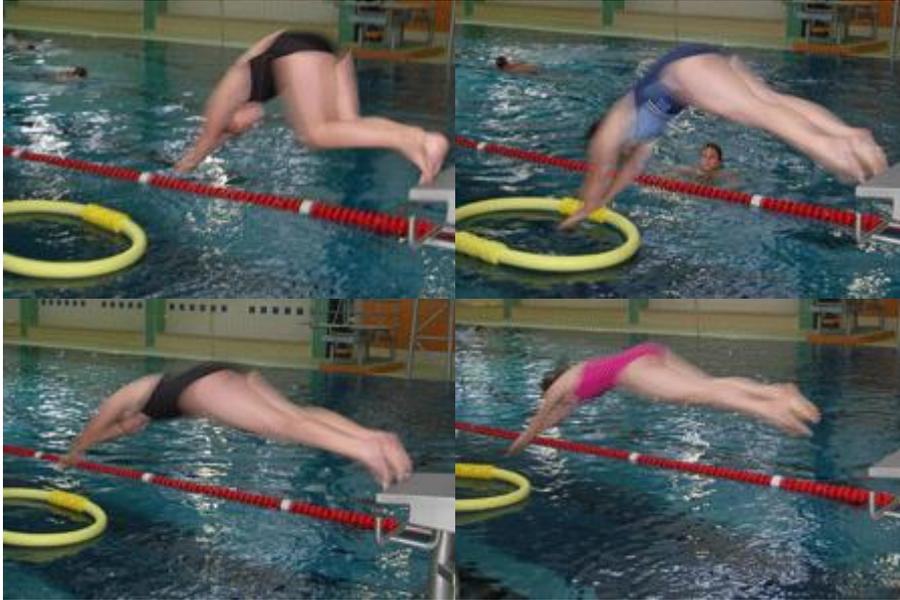
Wir sind als Trainer immer wieder begeistert, wie toll unsere kleine, aber feine Jugendtruppe sich nun motivieren lässt und sich gegenseitig anspricht. Die Erfolge sprechen für sich und wir sind sehr gespannt auf die Wettkampfergebnisse am kommenden Sonntag.



Hannah kurz vor dem Start, Laura: tolle Bogenspannung beim Start und Sabrina: tolle Lage im Wasser beim Rückenschwimmen....



Kräftiges und weites Abspringen und schöne Körperspannung sind beim Startsprung das A und O- heute übten wir mit gelben Eiern....



Zum Ziel

hinspringen, hier ins gelbe EI, macht nicht nur Muskel, sondern auch Spaß...



Wendentraining:

wir wollen ja nicht immer nur 25m schwimmen...



Impressionen des immer beliebter werdenden JUGENDTRAININGS
Heute mit: Isabell, Hannah und Nora, Franziska, Sabrina, Laura und den beiden
Jungs Max und Jonas...



Fix und fertig nach dem Training...Laura, aber:



Für den Rückenstart gab es heute ein großes Bienchen (... äh, nein, der Fette ist ja ein Fisch und heißt NEMO---)für die Größte unserer Schwimmerlinge, prima, **Laura!**

Kraken



Tilo ist heute unser Oberkrake, hat er sich doch vorgenommen, bei den bevorstehenden Stadtmeisterschaften unter 1 Minute in 100m Freistil zu schwimmen. Dafür trainiert er seit Wochen hart. Die Schwimmfreunde eifern ihm nach und nehmen das Trainingsprogramm auf sich. Ich bin schon sehr gespannt und ich hoffe, die Halle bebt, wenn er sein Ziel schafft, denn: Trainingseifer sollte immer belohnt werden. Bei den Kids mit Urkunden und Medaillen, bei den Masters mit einem dicken Grinsen im Gesicht...

Schönes Wochenende euch allen...

Kathrin