Freitagnachmittag, den 21.08.

Haie 2

Knappe 30 Grad und unsere Schwimmerlinge nicht an der Kiesgrube??? Nein, denn wer fleißig trainieren will, kommt zu uns und schwimmt in der Schwimmhalle!!! Schön, dass ihr so diszipliniert seid, Kinder !!! Adrian und Alex sowie Hans beim Freistilarme-Technik-Training

und weil beim nächsten WK möglichst viele Freistil schwimmen sollen, nehmen wir uns die Zeit für Erklärungen am Beckenrand

Erik kommt nun auch immer freitags und freut sich sehr, dabei zu sein

Ein ordentlicher Startsprung wird nun auch immer dringender, aber das werden wir in den kommenden TE ´s üben…

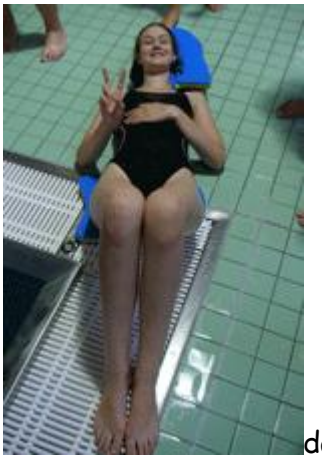
bis nächsten Freitag!!!

NEMOS

Eine so große Truppe haben wir selten gesehen und eine so disziplinierte noch dazu, das ist ein Traum…es wird Zeit, das wir eine ordentliche Trainingsuhr bekommen und etwas mehr Platz als unsere eine Bahn, damit wir ein weiterhin tolles Training durchführen können. Wir sind an einer Klärung dran…

erst ein bisschen Beine

dann Gesamt---


dann ausruhen---hier Laura, die eine Pause braucht…

dann das Ganze in

der Bauchlage, erst Beine, dann Gesamt… so sieht das schon ganz toll aus---weiter so--- Jungs und Mädels…Bis Freitag in der nächsten Woche

Eure Kathrin