

Trainingsbericht Mittwoch 17.03.2010

Letztes Training vor unserem nächsten Wettkampf. Wir prüfen, ob die von den Kindern eingeschriebenen Strecken auch wirklich absolviert werden können. Darum trainieren wir alle Wettkampfstrecken noch einmal durch.



Rückenbeine



Kraulbeine



Brustbeine



Starts in

Bauchlage und Rückenlage



sowie Rückengesamt



Als Letztes dann noch einmal das Gleiten, hier bei **Hannah** eine 1A Streckung, bitte Füße und Hände zusammen halten



wir üben , derweil warten die großen „Eisbären“ auf ihre Trainingszeit



Vor einem Wettkampf darf man trotzdem noch spielen und das wird natürlich ausgiebig genutzt.



Unsere heutigen Betreuer: **Dani, Tilo und Antje**---vielen Dank für Eure

Unterstützung



Tom darf sich heute auf einen Bettfreund freuen, die Ente hat er sich redlich verdient.

Die Eisbären haben auf der Tafel dasselbe Programm zu stehen.



Wir beginnen mit Kraulbeine, das bekommen unsere beiden neuen Mädels **Hanna** und **Sarah** genauso gut hin wie die anderen Kinder dieser Gruppe.



Dann sehen wir uns die Rückenbeine mit einem ordentlichen Start an.





Es geht weiter mit Brustbeine...



und dann probieren wir wiederum das Rückengesamtschwimmen

und das Gleiten, um am Samstag fit zu sein.



19 tolle Kinder auf einer Bahn



Auch die Großen haben sich das Spielen verdient, **Sarah** und **Hanna** kommen wieder, weil das Training Spaß gemacht hat,



genau wie **Max** und seinem Freund **Bruno**.



Das Trainerteam freut sich sehr auf den Wettkampf am Samstag, dem Wettkampf zum „**Tag des Wassers**“.