

## Montagstrainingsbericht 30.01.2012



Heute stimmten wir unsere Kinder auf den Besuch des Fernsehens ein...



Nordsachsen-TV wollte sich ein Bild von unserem Verein machen und dies auch im Fernsehen ausstrahlen.



Die beiden Gruppen- **Schwimm-Mäuse** und **Krokodile/Delphine** starteten mit ihrem Lieblingsspiel





Feuer, Wasser, Land...



Hoffentlich gibt es davon schöne Fernsehbilder...



**Mike** schickte danach beide Gruppen zum Einschwimmen- begleitet von weiteren Fernsehaufnahmen.



Die Gruppen trennten sich zwar- aber bei beiden nutzten wir die Nudel als Hilfsmittel- z.B. zum Paarschwimmen.



Dabei kann man nebeneinander...



... hintereinander...



oder

auch allein auf einer Nudel schwimmen.



Später wurde Kathrin zum Interview gebeten ...



... so das Tilo auch mal unsere Allerkleinsten trainieren durfte...



Die gute Nachricht lautete- die Kinder haben es überlebt!



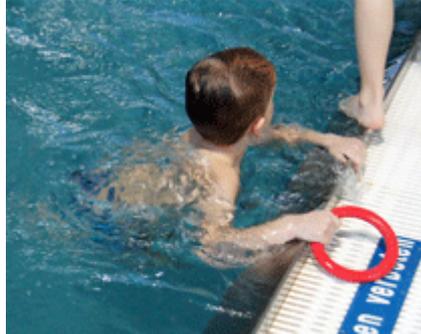
Wenn der Kameramann ebenfalls solch schöne Bilder geschossen hat, steht einem weiteren Zulauf in unseren Verein



eigentlich nur der Bahnmangel im Weg.



Die Großen zeigten dann auch noch schönes Gesamtschwimmen...



... und die Kleinen tauchten zum Abschluß nach Ringen im kleinen Becken.



Die Maus war heute leider nicht zurückgekommen, so dass nur die Großen ihre Gruppentiere bekommen konnten- herzlichen Glückwunsch an **Leon** und **Lenja**!

Die **Haie** hatten heute viel Technik auf dem Programm stehen...

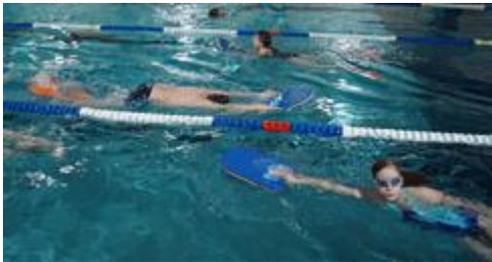


... z.B. Startübungen...





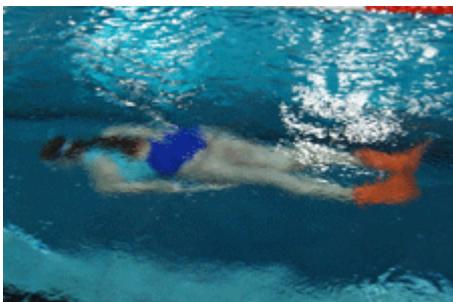
Da beim Schwimmen die Delphinbeinbewegung inzwischen fast zum wichtigsten Antriebsmittel geworden ist,



versuchten wir uns heute v.a. daran und dies mit wirklich guten Erfolgen- alle Achtung!



Koordinatorisch sehr schwer ist dann die Armbewegung zum richtigen Zeitpunkt dazu zu bekommen...



... aber Delphinbeintauchen mit und ohne Flossen gelingt allen sehr gut...



**Ellen** übt noch ihren Startsprung- sie wird als erste Starterin am 04.02. für unseren Sportschwimmverein „Die Haie“ Eilenburg zu einem offiziellen Wettkampf antreten und gegen hart und wesentlich mehr trainierende Leipzigerinnen starten. Wir drücken ihr jetzt schon die Daumen!!!



**Ellen** erhielt heute auch den Hai-herzlichen Glückwunsch!



Das Programm der **Hechte** für die letzten beiden Stunden.



Das etwas leichtere Programm für die anderen Erwachsenen, die bei Kathrin trainierten und zwischendurch auch ein paar „Wettkampfmeter“ schwimmen mußten.



Entsprechend erschöpft erhielt **Frank** heute den Hecht- herzlichen Glückwunsch!