

# VWM Magazin

01-2023





# Termine

**14.10.2023 Jubilarehrung Jahrgang 2022 und 2023**

**10.12.2023 Adventskaffee im Bootshaus**

## **Geschäftsstelle**

Vereins- und Bootshaus  
Sandhofer Straße 51-53,  
68305 Mannheim, Telefon 0621-757410  
Mail: [info@vwm-wassersport.de](mailto:info@vwm-wassersport.de)  
[www.vwm-wassersport.de](http://www.vwm-wassersport.de)

## **Sommerbad-Anlage**

Stollenwörthweiher  
Rheingoldstraße 204,  
68199 Mannheim, Telefon 0621-852414

### **1. Vorsitzende**

Christine Biehal, Tel. 0621-43733766  
[vorstand@vwm-wassersport.de](mailto:vorstand@vwm-wassersport.de)

### **2. Vorsitzender (Bootshaus)**

Volker Horst  
[bootshaus@vwm-wassersport.de](mailto:bootshaus@vwm-wassersport.de)

### **2. Vorsitzender (Stollenwörthweiher)**

Alfred Maron, 68219 Mannheim,  
Telefon 0621-896441, Fax 0621-893216  
[weiher@vwm-wassersport.de](mailto:weiher@vwm-wassersport.de)

### **1. Kassier (Finanzen)**

Andrea Hoffmann  
[kassier@vwm-wassersport.de](mailto:kassier@vwm-wassersport.de)

## **Beitrags- und Mitgliederverwaltung**

Stephan Jüngling  
[beitragskassier@vwm-wassersport.de](mailto:beitragskassier@vwm-wassersport.de)

## **Bankkonten**

Sparkasse Rhein-Neckar-Nord  
BIC MANSDE66XXX  
DE75 6705 0505 0030 2707 03

## **für Beiträge**

BIC MANSDE66XXX  
DE74 6705 0505 0030 1073 73

## **für Spenden**

BIC MANSDE66XXX  
DE50 6705 0505 0040 2971 70

## **Abteilungsleiter Schwimmen**

Uwe Schmid, Mobil 0172 7351663  
[abt.schwimmen@vwm-wassersport.de](mailto:abt.schwimmen@vwm-wassersport.de)  
Fragen wegen des Trainings an:

### **Anfängerschwimmen**

[schwimmen@vwm-wassersport.de](mailto:schwimmen@vwm-wassersport.de)

### **Masterschwimmen**

Mail: [kanalschwimmer1@web.de](mailto:kanalschwimmer1@web.de)

### **Kunstspringen**

Uwe Weiss, Tel. 0621-97506963  
[Kunstspringen@vwm-wassersport.de](mailto:Kunstspringen@vwm-wassersport.de)

### **Synchronschwimmen**

Charlotte Hundshammer,  
Tel. 06236-56694  
[synchros@vwm-wassersport.de](mailto:synchros@vwm-wassersport.de)

### **Wasserball**

Uwe Schmid  
[wasserball@vwm-wassersport.de](mailto:wasserball@vwm-wassersport.de)

## **Abteilungsleiter Rudern**

Helge Biehal  
[abt.rudern@vwm-wassersport.de](mailto:abt.rudern@vwm-wassersport.de)

## **Abteilungsleiter Kanu**

Peter Karg, Tel. 0621-751389  
[abt.kanu@vwm-wassersport.de](mailto:abt.kanu@vwm-wassersport.de)

## **Schriftführer**

Birgit Hunsinger-Goldschmitt,  
Tel. 0621-8620164  
[info@vwm-wassersport.de](mailto:info@vwm-wassersport.de)

## **Layout**

Joachim Schulz, Tel. 0621-412678  
[schulzvwm@yahoo.com](mailto:schulzvwm@yahoo.com)

# Liebe VWM'ler

Liebe VWM'ler,  
in der vergangenen und auch in der kommenden Zeit stehen im Verein einige Neuerungen an. Welche das sind? An dieser Stelle sei ein kleiner Rückblick sowie Ausblick in die Vereinsarbeit gegeben.

Wie jeder weiß, ist die Instandhaltung eines Hauses mit Arbeit und Kosten verbunden. Wir haben gleich zwei davon. Auch im letzten und im kommenden Jahr müssen wir neben den gewöhnlich anfallenden Arbeiten wie Sauberhaltung, Pflege etc. an den zwei Standorten neben den neu geplanten Maßnahmen noch notwendige Reparaturen bzw. Sanierungsmaßnahmen durchführen.

Nicht nur Projekte bezogen auf die Standorte nehmen Gestalt an auch Neuerungen im Bereich Mitgliederwesen oder die Darstellung des Vereins nach außen.



## Standort Bootshaus:

- Im Bootshaus sind die Fenster aufgrund von Undichtigkeit saniert worden. Diese waren nicht nur für Wind, sondern auch für Regen durchlässig. Bevor Schäden entstanden sind, musste also dringend gehandelt werden. Bedingt dadurch hatten wir gleichzeitig einen Energieverlust, dem wir mit der Maßnahme entgegenwirken konnten.
- Der Dachausbau im Bootshaus ist im vollen Gange. Der vorhandene kleine Ergometerraum soll in einen großen Raum umgewandelt werden. Dies bietet den Mitgliedern mehr Platz für ihren Sport. Hierzu werden drei kleine Räume zusammengelegt. Dies wird derzeit komplett in Eigenarbeit durch Günter Biehal durchgeführt.
- Durch Wurzeleinwuchs haben wir im Bootshaus Schäden an den Abwassergrundleitungen. Diese müssen dringend erneuert werden. Als Konsequenz werden die Pappeln gefällt um weitere Schäden zu vermeiden.

## Standort Stollenwörthweiher:

- Durch Vorgaben des Gesundheitsamtes war es notwendig die Mess- und Regelanlage des Pumpenhauses zu erneuern. In diesem Zuge wurde auch das Dach neu gedeckt.
- Der Weiher hat ein neues Geschäftszimmer. Die Renovierung erfolgte in Eigenarbeit durch Alfred Maron. Aus einem Raum sind zwei Räume geworden.
- Am 13. Mai hat der Stollenwörthweiher seine Badesaison begonnen. Das heißt aber auch, wieder Ansprechpartner für die Badegäste zu sein. Dazu kommen noch die vorangegangenen Arbeiten, die mit der Vorbereitung und Auswinterung des Bades eine Menge Arbeit mit sich brachten.



Beide Standorte:

- Wir haben mit dem Einbau einer elektronischen Schließanlage begonnen. Derzeit ist das Bootshaus in der Testphase. Wenn alles reibungslos funktioniert, wird der Weiher zum Ende der Saison folgen.
- Des Weiteren beschäftigen uns in diesem Jahr die hohen Energiepreise. Einzelne Maßnahmen werden bereits geprüft und umgesetzt. Erschwerend hinzu kommt die Kündigung der Dampfversorgung im Bootshaus durch die MVV. In den letzten Wochen wurden wir erfreulicherweise durch die MVV über die fallenden Energiekosten informiert. Diese sind jedoch bei weitem nicht so günstig wie die Jahre zuvor und ist für uns eine große Herausforderung.

Im Puls der Zeit:

- In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Olympischen Sportbund und einer in Mannheim ansässigen IT-Firma haben wir die einmalige Chance erhalten, für den Verein eine kostenfreie App entwickeln zu lassen. Mit dieser Vereinsapp stellen wir den Mitgliedern einen modernen Weg vor, immer auf dem neusten Informationsstand zu sein.

Die App soll den Mitgliedern in den kommenden Wochen zur Verfügung stehen. Wann man die App herunterladen kann, wird auf der Homepage veröffentlicht. Noch ein kurzes Wort zu Euren/Ihren neuen Ansprechpartnern. Kurz nach den Wahlen im letzten Jahr haben der erste, zweite Kassier und der Jugendwart das Amt niedergelegt. Erfreulicherweise waren drei Mitglieder bereit die Ämter nahtlos zu übernehmen. Andrea Hoffmann für den 1. Kassier, Stephan Jüngling für die Beitragsangelegenheiten und Annette Stelzer-Jordat als Jugendwartin, obwohl sie bereits das Amt der Breiten- und Freizeitwartin innehat.

Wie man aus diesen Worten entnehmen kann, ist ein Verein ohne seine ehrenamtlich Engagierten nicht überlebensfähig. Dies ist nur ein kleiner Einblick in das Vereinsgeschehen. Dazu arbeiten auch Ehrenamtliche im Hintergrund ohne deren Einsatz wir nur einen halb so schönen Verein hätten, in dem wir uns wohlfühlen können. Natürlich sehen auch die bisher Engagierten immer gerne neue Gesichter. Gerne könnt/können Ihr/Sie unser Team verstärken.

Christine Biehal

## **Daniel Pohl** **Sanitär + Heizung**

**MEISTERBETRIEB**

- Beratung/Planung
- Kundendienst
- Wartung
- Installation
- Rohrreinigung
- Barrierefreie Badgestaltung

**Carl-Benz-Straße 53 • 68167 Mannheim**  
**Telefon 06 21 3 39 11 16 • Fax 06 21 3 39 12 99**

# Elektronische Schließung – Eine Neuerung für beide Standorte

Nach reiflicher Überlegung haben wir uns entschlossen auch den Türen einen neuen Look zu verpassen... und zwar einen digitalen Zylinder.



Außenzylinder



Innentür



Garagentor



Türdrücker

Die neue Schließung funktioniert ganz einfach: Chip dagegenhalten, warten auf das grüne Licht und die Tür mit dem Knauf oder der elektrischen Türklinke (drehen oder drücken) öffnen.

Das Abschließen ist auch keine große Kunst. Tür schließen, Chip dagegenhalten bis der Zylinder grün leuchtet und den Knauf in die entgegengesetzte Richtung drehen, so dass die Schlossfalle die Tür verriegelt. Nach ein paar Sekunden leuchtet das Schloss blau und die Tür ist für jeden verschlossen. Als vorteilhaft ist eine einheitliche Schließung von Weiher und Bootshaus. Mit einem Chip können gleich zwei Standorte geschlossen werden. Bei Verlust eines Schlüssels muss nicht die gesamte Schließanlage ausgetauscht werden, sondern es reicht die Sperrung des Chips.

Derzeit wird ein Zugangskonzept für die Mitglieder erarbeitet. Dies beinhaltet auch den vereinfachten Zugang zum Stollenwörthweiher.

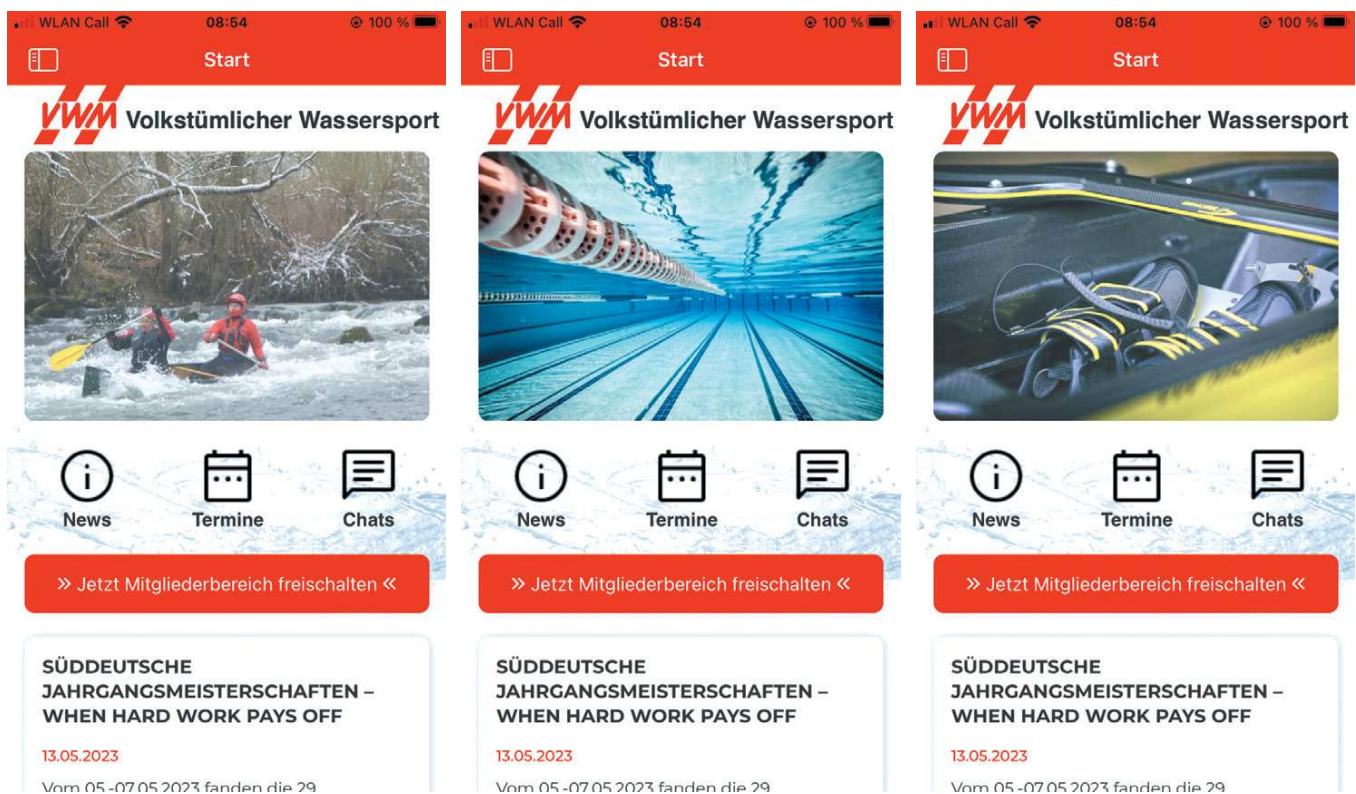
# Vereinsapp – Im Puls der Zeit

Am Anfang stand die Idee eines digitalen Mitgliederausweises. Die Vorteile sind vielfältig. Zum einen ist das jährliche Versenden der Ausweise mit der Möglichkeit des Verlustes behaftet, zum anderen bedeutet dies für die Ehrenamtlichen jede Menge Verwaltungsarbeit. Dies sind weniger die Ausweise, welche zu Anfang des Jahres versandt werden, sondern die Ausweise bei Eintritt eines neuen Mitglieds innerhalb eines Jahres.

Auch soll der Ausweis die Kontrolle innerhalb der einzelnen Abteilungen sowie den Eintritt in den Stollenwörthweiher, durch Vorhalten an einem Lesegerät erleichtern.

Waren wir auch schon sehr nahe an der Lösung, ist diese am Ende aus unterschiedlichen Gründen immer gescheitert – ein nervenaufreibendes Unterfangen.

Nach längerer Recherche ergab sich die Möglichkeit eine App entwickeln zu lassen, die neben dem Mitgliederausweis noch weitere Funktionen mit sich bringt. Nicht nur Mitglieder können sich die App herunterladen auch Interessierte können diese nutzen.



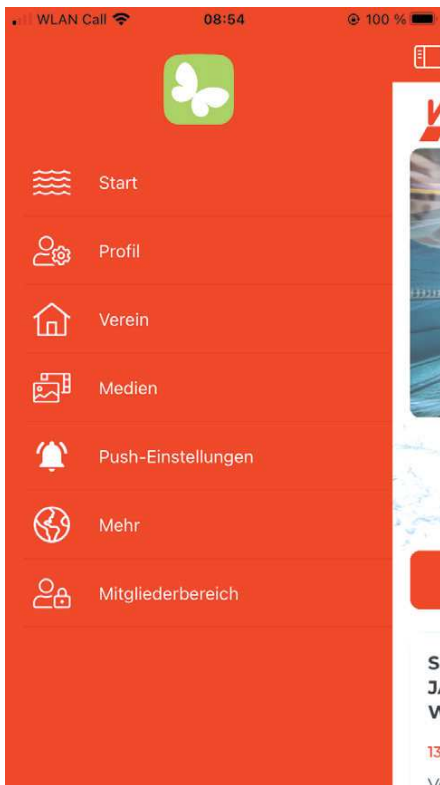
Start Paddler

Start Schwimmer

Start Ruderer

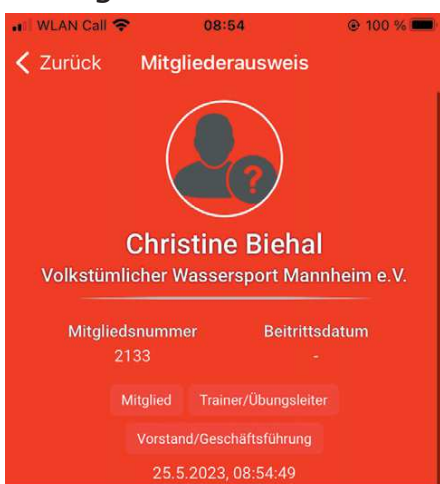
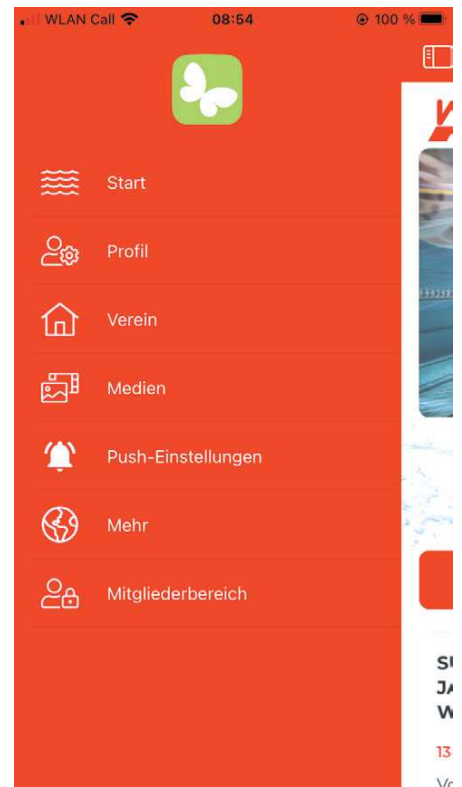
Doch was kann die App noch?

Jeder Nutzer der App kann sich ein eignes Profil anlegen. Dies ist Voraussetzung um einige Funktionen wie beispielsweise die Chatfunktion oder auch den internen Mitgliederbereich vollumfänglich nutzen zu können.



Des Weiteren kann man unter dem Menü Verein einige nützliche Informationen wie ein „Schwarzes Brett“, die einzelnen Sportarten oder die passenden Ansprechpartner finden (Interessant für Vereinsneulinge oder auch extern Interessierte). Über Im Medienbereich lassen sich Bilder anschauen, Dokumente herunterladen oder auch eigene Bilder hochladen (Berechtigung erforderlich). Das Herzstück einer jeden App bilden die Push Benachrichtigungen. Hier können Vereinsmitglieder oder Externe wie Vater, Mutter, Opa, Oma, Tante oder Onkel sich Nachrichten über den gesamten Verein oder die einzelnen Abteilungen zukommen lassen. Und das Beste,

der Nutzer entscheidet selbst, was er lesen möchte. Zum Schluss gibt es natürlich unseren internen Mitgliederbereich. Dieser beinhaltet nun endlich den digitalen Mitgliederausweis. Nach herunterladen der App gelangt man mit Klick auf „Mitgliederbereich freischalten“ auf eine Maske, in die man seine Daten ähnlich den jetzigen Mitgliederausweisen eingeben muss. Mit Klick auf „speichern“, erhält der Vorstand eine Meldung und gibt die Mitglieder frei. Großzügig berechnet wird der Vorgang in einer Woche abgeschlossen und der Ausweis auf dem Handy verfügbar sein.



Aber nun verrate ich nicht mehr. Wenn es soweit ist, ladet euch die App herunter und entdeckt selbst die verschiedenen Funktionen. Die „Bauzeit“ der App befindet sich in den letzten Zügen. Wann genau die App zum Download bereitsteht, wird auf der Homepage veröffentlicht. Nach der Bereitstellung ist die App kein „fertiges“ Projekt. Gerne nehmen wir neue Ideen oder Wünsche zur Weiterentwicklung auf.

CB



Weitere Informationen

Status  
Aktiv



# Dachausbau im Bootshaus – Schweiß und sehr viel Arbeit

Jahrelang waren im Bootshaus zwei ungenutzte Räume unter dem Dach leer gestanden. Wie können wir sie nutzen? Kann man diese nicht in irgendeiner Form den Mitgliedern zur Verfügung stellen? Die Idee, den bereits vorhandenen Ergometerraum auszubauen, war schnell gefasst.

Abschreckend war jedoch die enorme Arbeitsmenge. In monatelanger Überlegung wurde das Für und Wider diskutiert. Schließlich habe ich mich mit einem leicht schlechten Gewissen durchgesetzt, lade ich doch enorm viel Arbeit auf den Schultern der Vereinsmitglieder ab. Wobei hier die „Vereinsmitglieder“ Günter Biehal, Günter Biehal und Günter Biehal sind.

Natürlich hat er sich für den einen oder anderen Tag Verstärkung durch bereitwillige Helfer gesucht, doch die Hauptarbeit wird durch ihn gestemmt. Mitgeholfen haben: Holger Bauer, Manfred Campioni und Hans Pinter.

In bisher 300 Stunden wurden alte Wände und Decken herausgerissen, neue Wände in das Gebälk eingezogen, eine Tragekonstruktion für die neue Isolierung eingebaut, Dachbalken geschliffen, neue Glaswolle eingebaut, Dampfbremssfolie montiert und eine Konterlattung für die Verkleidung angebracht. Und das alles in Eigenarbeit – eine Herausforderung, die immer mehr Gestalt annimmt. Gerechnet werden mit noch einmal 300 Stunden bis alles „bezugsfertig“ ist.

Zum Wände streichen habe ich mich bereits angemeldet.  
Auf das Resultat können wir uns alle freuen.











# Geburtstagskinder 01.01.2023 - 30.06.2023

## Geburtstagsglückwünsche zum „Runden“ 30., 40., 50., 60., 65., 70., 75., 80.

Die Mitglieder eines Vereines sind wie das Salz in der Suppe. Ohne sie würde etwas Entscheidendes fehlen. Fast immer und überall einsatzbereit, entrichten sie nicht nur Vereinsbeiträge, sondern bereichern den Verein mit zahllosen ehrenamtlichen Einsätzen.

***Rudolf Suchanek, Doris Roth, Holger Lohse, Eva Lohse,  
Albrecht Kschischo, Rainer Korte, Gerhard Jost,  
Wolfgang Handel, Karin Bruckmaier, Waldemar Schweizer,  
Roger Hehm, Prof. Dr. Michael Gassenmeier,  
Nina-Bianca Heidinger, Dieter Schulz, Werner Tritsch,  
Sabine Berger-Krohne, Monika Koch, Ulrich Krönung***

Zu Eurem runden Geburtstag wünschen wir Euch alles Gute und danken Euch dafür, dass Ihr uns die die Treue haltet!

B.Hu-Go

## Streiflichter



Die Jubilarehrung des Doppeljahrgangs 2022 und 2023 findet am 14.10.2023 um 11:00 Uhr im Restaurant Stollenwörthweiher statt. Die persönlichen Einladungen gehen den Jubilaren Ende August auf dem Postweg zu.





**EINLADUNG ZUM  
VWM ADVENTSKAFFEE**

***10.12.2023***

***15.00 Uhr***

***Bootshaus***

***(Sandhoferstraße 51-53, 68305 Mannheim)***

Vereinsmitglieder und Freunde des VWM sind  
herzlich willkommen

Ich freue mich auf Ihr Kommen

**Wencke Pohl**

(Frauenwartin)



# Restaurant am Stollenwörthweiher



Sommer, Sonne, Griechenland – und dafür müssen Sie nicht einmal in den Flieger steigen. Authentisches griechisches Essen finden Sie bereits im Heinz-Hunsinger-Sommerbad **im Restaurant am Stollenwörthweiher bei Samara Chrisoula**. Genießen Sie von Antipasti, über Gyros bis hin zum griechischen Joghurt mit Honig auf der neugestalteten Außenterrasse mit Seeblick.



**Guten Appetit - Kalí órexi**

F-L.Goldschmitt



# Süddeutscher Jugendländervergleich

Zum 68. Süddeutscher Jugendländervergleich in Karlsruhe am 19.11.2022 wurde Valentin Flache über 100 Rücken im Jahrgang 2012 als einer von zwei Schwimmern für den Baden-Württembergischen Verband eingesetzt. Er schwamm in 1:23,23 eine neue Bestzeit und belegte Rang 4.

## 1. Nikar Kids Cup in Heidelberg

Am Samstag, den 04.02.2023 startet das Perspektivteam in den ersten Wettkampf des Jahres. Der SV Nikar Heidelberg veranstaltete den ersten Nikar Kids Cup für die Jahrgänge 2013 - 2017. Somit hatten auch Kinder, die noch keine DSV-Lizenz für Wettkämpfe haben dürfen, die Chance mal etwas Wettkampfluft zu schnuppern. Auch wir haben die Chance genutzt und sind mit Perspektivteam für den kurzweiligen Wettkampf nach Heidelberg gefahren. Der Wettkampf war toll organisiert, es wurde viel Rücksicht auf die Kleinen genommen, gewartet bis alle bereit am Start waren, Starts mehrfach wiederholt, wenn mal etwas nicht ganz so geklappt hat und auch nicht immer so genau hingeschaut, wenn man dann doch mal nur mit einer Hand beim Brustschwimmen angeschlagen hat

Wir waren mit insgesamt 6 SchwimmerInnen am Start, darunter Joshua (2016), Lilly (2015) die beide ihren aller ersten Wettkampf hatten, Clara (2014) Fabian (2014), Nico (2013) und David (2013). Mit insgesamt 3 Silber und 4 Bronzemedailles und jeder Menge neuer Bestzeiten war es ein sehr erfolgreicher Wettkampf. Wir hoffen, dass der Kids Cup die gleiche Tradition bekommt wie der reguläre Nikar Cup, da wir sehr gerne nächstes Jahr wieder kommen würden.

Ein Dank geht noch raus an Alex, die den Wettkampf als Kampfrichterin unterstützt hat und an die Eltern die unsere Kids lautstark angefeuert haben!.

Jenni Braunert



# DMS 2023 in Heidelberg

Am Sonntag, den 05.02.2023 fanden die diesjährigen deutschen Mannschaftsmeisterschaften statt. Wir gingen mit einer Jungs- und einer Mädchenmannschaft an den Start, die beide in der Bezirksliga starten. Die DMS sind immer ein ganz besonderer Wettkampf, da hier aus Einzelsportlern Teamsportler werden. Es zählt am Ende nur die gemeinsame Mannschaftsleistung. Wer hierbei am meisten Punkte sammelt hat die Möglichkeit eine Liga aufzusteigen. So erhält man für jede geschwommene Strecke Punkte, die sich prozentual zum Abstand des entsprechenden Weltrekordes ermitteln lassen. Geschwommen werden alle Olympischen Strecken jeweils 2mal, wobei jeder Schwimmer maximal 5mal an den Start gehen darf und bei einer Disqualifikation sein Rennen noch einmal wiederholen muss. Trotz komplizierter Regeln, vielen Änderungen noch kurz vor knapp und einigen Verletzungen haben die beiden Teams eine super Leistung gezeigt und eine neue Bestmarke nach der anderen aufgestellt.

Das Jungs Team: Tino, Edem, Jonas, Stepan, Daniel, Roman, Michael und Sebastian

Das Mädchen Team: Melissa, Nell, Lorena, Laura, Leonie, Selina Lucie, Hannah und Jenni

Auch hier geht der Dank an die Kampfrichter, Olesja und Jelle und vor allem Kathrin und Matthias, die den ganzen Tag für uns am Beckenrand standen, damit wir am Wettkampf teilnehmen durften – Dankeschön!

Jenni Braunert





# Kreismeisterschaften 2023

Am Sonntag, den 12.02. fanden die Kreismeisterschaften statt. Nach langer Corona Pause konnte dieser Wettkampf endlich wieder in Heddesheim ausgetragen werden. Mit insgesamt 800 Meldungen in den Jahrgängen 2005 - 2015 zeigte sich der Schwimmkreis Mannheim mit einem starken Nachwuchs im Schwimmsport.

Unser Team ging mit insgesamt 22 Sportlern an den Start:

Clara, Melissa, Nell, Laura, Leonie, Lucie, Tino, Daniel, Edem, Jonas, Michi, Danil, Stepan, Lilly, Fabian, Hannah, Niklas, Yannick, David, Damjan, Roman und Selina.

Insgesamt konnten wir in 63 Einzelstarts 41 Medaillen abräumen.

Darunter ging der Titel Kreisjahrgangsmeister ganze 15-mal an unseren Verein. 14-mal konnten wir den Zweiten Platz belegen und 12-mal den Bronze Rang. Neben den vielen Medaillen wurden auch jede Menge Bestzeiten geschwommen und viele „Schallmauern“ durchbrochen. Dem Ziel der Pflichtzeiten für die diesjährigen Süddeutschen Meisterschaften sind durch diesen Wettkampf einige Schwimmer nähergekommen!

Das Highlight des Tages waren die 4x50m Freistil Mixed Staffeln. Durch unser immer größer werdendes Team konnten wir gleich mit 4 Staffeln an den Start gehen, das gab es schon seit Jahren nicht mehr in unserem Verein! Ganz besonders stolz sind wir auf den Sieg der „kleinen“ Nell, Melissa, Edem und Tino haben gemeinsam Gold geholt und sind somit Kreismeister in der Staffel der Jahrgänge 2011 - 2015 geworden! Auch hervorheben möchten wir die Staffel der „großen“. Mit Jonas, Laura, Michi und Leonie, die in den 4x50m Freistil unter der 2 Minuten Marke geblieben sind, wirklich eine tolle Leistung!

Insgesamt war es ein sehr erfolgreicher Wettkampf, der Lust auf mehr für die Saison gibt!

Der Dank geht wie immer auch an Dimitriy, Igor, Said, Alex und Kaew, die einen tollen Job als Kampfrichter gemacht haben!

Jenni Braunert





# In der Region für die Region.

## Ein Geldkreislauf, der gut für alle ist.

Jeder uns anvertraute Euro fließt wieder zurück in den Geldkreislauf der Region. So fördern wir nachhaltig die Wertschöpfung und Entwicklung vor Ort. Mehr zu uns als Sparkasse und zum Thema Nachhaltigkeit erfahren Sie unter [sprknn.de/nachhaltigkeit](https://www.sprknn.de/nachhaltigkeit)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Rhein Neckar Nord



# Internationaler Frühjahrswettkampf in Darmstadt – mit einem Olympiasieger

Am 04. und 05. März machten wir uns auf den Weg nach Darmstadt. Das neu umgebaute Nordbad veranstaltete einen 50m Bahn Wettkampf mit insgesamt 50 Vereinen und über 2000 Starts. Wir gingen mit 13 Schwimmern an den Start um unseren aktuellen Stand auf der 50m Bahn zu testen und eventuell auch schon die ein oder andere Pflichtzeit für die Süddeutschen Meisterschaften zu erreichen. Der Wettkampf war in zwei Abschnitte geteilt, so schwammen morgens die jüngeren Jahrgänge (2010 - 2015) und nachmittags die älteren. Für uns gingen vormittags Nell, Melissa, Edem, Tino und Jonas an den Start. Alle konnten mit tollen Zeiten und vielen Medaillen glänzen. Zusätzlich schaffte es Nell in den 50m und 100m Freistil die Pflichtzeit für die Süddeutschen Meisterschaften zu unterbieten, was ein toller Erfolg ist.

Am Nachmittag gingen dann Lorena, Lucie, Hannah, Leonie, Laura, Daniel, Stepan und Roman an den Start. Auch die Großen konnten viele neue Bestzeiten auf der 50m Bahn erzielen. Besonders konnte Hannah glänzen, die es schaffte, in 50m Rücken, 100m Rücken und 50m Kraul die Süddeutschen Pflichtzeiten zu unterbieten.

Das absolute Highlight des Tages waren die Starts des Olympiasiegers Chad Le Clos! Neben den vielen Fotos, die wir mit ihm machen durften war es ein Fest, ihm bei den 100m Freistil und den 100m Schmetterling zu sehen zu können. Ein großes Vorbild für alle Schwimmer, die in der Halle waren!

Jenni Braunert



# Trainingslager Sizilien 2023

Samstag ging unser lang ersehntes Trainingslager endlich los. Um 9.30 Uhr trafen wir uns alle in Vogelstang, damit wir um 10 Uhr mit 3 Autos losfahren konnten. Zuvor musste jedoch eines der Autos Tinos Neoprenanzug abholen, welchen er vergessen hatte. Nach ca. 2,5 Stunden waren wir am Flughafen in Basel angekommen, wo wir uns von den Eltern verabschiedeten, die uns netterweise in die Schweiz gefahren haben. Nachdem wir uns alle gesammelt haben sind wir in den Flughafen rein, wo alle Flüssigkeiten noch einmal richtig verstaut worden sind damit wir bereit für die Sicherheitskontrolle waren, bei der einige auch auf Sprengstoff kontrolliert wurden. Am Gate mussten wir noch 2 Stunden warten, damit wir um ca. 16.25 Uhr mit einer kleinen Verspätung nach Sizilien (Palermo) los fliegen konnten. Die Zeit im Flugzeug verging sehr schnell und die 2 Stunden fühlten sich sehr kurz an. Der Flug war sehr angenehm, da er wohl nicht voll ausgebucht war und deshalb mehrere Sitze frei waren. Ein Blick aus dem Fenster zeigte die Insel immer näherkommen. Als wir ankamen und das Flugzeug verließen, strömte uns eine warme angenehme Luft entgegen. Am Flughafen holte uns ein Bus ab, der uns innerhalb von 15 min zum Hotel brachte. Dort angekommen verteilten wir die Zimmer und schauten uns grob das Gelände an, bevor es zum ersten Essen ging. Das Essen schmeckte den meisten sehr gut, wahrscheinlich weil wir schlechteres Essen von den vorherigen Trainingslagern gewohnt waren. Nach diesem anstrengenden Tag gingen wir auf unsere Zimmer, um Energie zu tanken für das am nächsten Tag anstehende Frühtraining.

Nach unserer Ankunft am Samstag begann der Sonntag für uns um 6.30 Uhr. Wir standen auf um uns bereit zu machen für das Training, welches um 7.30 Uhr beginnen sollte. Wir trafen uns bereits um 7:00 Uhr am Beckenrand um uns zusammen mit dem Springseil aufzuwärmen. Die erste Einheit umfassten knapp 4000m um erstmal entspannt ins Trainingslager zu starten. Nach dem Schwimmen ging es direkt zum Frühstück, das von 10.00 bis 10.30 Uhr stattgefunden hat und es ein Buffet gab, das vom Personal selbst bedient wurde und aus Croissant, Bacon, Rührei, Müsli, Brötchen und jeder Menge Obst bestand. Nach dem Frühstück war Zeit sich auszuruhen. Es ging mit dem Mittagessen um 12:30 Uhr weiter, wo es Pasta, Salat und viele italienische Spezialitäten gab. Das zweite Training begann um 14 Uhr mit einem lockeren Aufwärmen, bis auf die Zuspätkommer, die durften sich mit einer 20minütigen Burpee Challenge auseinandersetzen. Unsere Lauffreudigen gingen eine Runde im Hotel Joggen. 14 - 16 Uhr ging es dann ein zweites Mal ins Wasser. Nach dem Schwimmtraining gingen wir zu den Wasserrutschen, die glücklicherweise geöffnet hatten. Insgesamt gibt es 4 Rutschen, die letzte davon führt bis ins Meer, diese war allerdings gesperrt, da der Wellengang sehr stark war. Trotz des sehr kalten Wassers war es ein großer Spaß für alle zu rutschen. Direkt danach gab es ein Athletik Training im Gym, dass aus verschiedenen Kräftigungs- und Stabilisationsübungen bestand. Anschließend gab es Ruhe, Abendessen und Freizeit. Um 22:00 Uhr begann die Schlafenszeit und die Zimmerbesuchs-Zeit wurde beendet um fit für den nächsten Tag zu sein. Am Montag trafen wir uns um 7.10 Uhr am Pool, dann haben wir uns ca. 20 Minuten lang aufgewärmt. Anschließend fingen wir mit dem Schwimmtraining



an. Als wir dann fertig waren, haben sich alle auf ihren Zimmern umgezogen und sind danach frühstücken gegangen. Nach dem Frühstück hatten wir Zeit uns zu erholen, um dann um 12.30 Uhr zum Mittagessen zugehen, sodass wir dann alle gestärkt zur zweiten Trainingseinheit des Tages, um 13.30 Uhr, gehen konnten. Nach dem Schwimmen gab es eine kleine Osterüberraschung, welche Nell's Idee war. Sie hat für uns alle Schokoladeneier besorgt, welche Jenni und Sebastian auf dem Spielplatz, der sich neben dem Fitnessraum befindet, versteckt haben. Diese durften wir dann suchen. Es wurden alle gefunden, außer eins. Irgendein Kind wird sich bestimmt mal darüber freuen, ein Schokoei im Baum zu finden. Anschließend fand die zweite Krafteinheit statt. Der Tag endete mit leckerem Abendessen und gemeinschaftlicher Zeit auf den Zimmern.

Sowie schon gewohnt, begann unser Training am Dienstag um 07.10 Uhr mit einer 20-minütigen Erwärmung bevor wir ins kalte Nass gesprungen sind. Nach dem anstrengenden Training ging's zum leckeren Frühstück. Die zweite Einheit folgte dann wieder um 14 Uhr. Eigentlich sollten wir nach dem Schwimmen noch Athletiktraining machen, doch Jenni und Sebastian sind auf die gute Idee gekommen, Tennis spielen zu gehen. Zu Beginn hatten manche noch Schwierigkeiten mit der neuen Sportart, doch nach einiger Zeit hatten alle den Dreh raus und jede Menge Spaß. Jeder konnte beliebig entscheiden wie lange er spielen möchte. Bis zum Ende hielten sich Jenni, Sebastian, Tino, Stepan, Roman, Laura und Selina auf dem Tennis Platz auf. Anschließend gab es Abendessen, auf das sich jeder mit großem Hunger gefreut hat. Abends auf den Zimmer haben wir noch ein paar Runden UnoFlip gespielt.

Mittwoch startete der Tag nicht wie sonst mit Training, sondern mit ausschlafen. Nachdem alle vereinzelt zu unterschiedlichen Zeiten gefrühstückt haben, sind wir wieder mit ausgeliehenen Tennisschläger Tennis spielen gegangen. Trotz der Übung am Vortag kann man sagen, dass wir im Tennis definitiv nicht besser sind als im Schwimmen (Glück gehabt). Als alle ausgeschöpft waren haben wir uns unsere Energie beim Mittagessen wiedergeholt, auch damit wir unsere Wanderung nach dem Mittagessen machen konnten. Um 13 Uhr machten wir uns dann auf den Weg zu einem nahen liegenden Strand der eine gute Stunde vom Hotel zu Fuß erreichbar war. Die starke Mittagssonne machte den Weg nicht angenehmer. Erst liefen wir mehrere Minuten am Straßenrand bis unseren Weg durch eine verlassene Ferienwohnungsstadt ging. Zuvor aber war ein kleiner Fluss zu überqueren bei dem man entweder die Schuhe ausziehen musste, oder drüber springen konnte, wobei einige auch gescheitert sind und mit nassen Schuhen weiterlaufen mussten. Nach diesem langen Weg waren wir endlich an einem Sandstrand angekommen, wo Lorena direkt ins Wasser gesprungen ist. Doch Lorena täuschte uns mit dem Gedanken, dass das Wasser warm war. Es war sehr kalt, was uns Schwimmer nicht davon abhielt ins Wasser zu gehen, auch wenn der ein oder andere ein wenig rumgepiepzt hat. Fast jeder war im Wasser und genoss die strahlende Sonne mit einem wolkenlosen Himmel. Nach dem Spaß im Meer lag ein Teil der Gruppe (die Mädels) am Strand und sonnte sich, während die Jungs spielten. Die Sonne war sehr stark und nach ein paar Stunden haben wir uns auf den Weg zur Eisdiele gemacht. Jedoch war diese sehr weit weg und wir mussten eine Alternative finden. Die Jungs haben vorgeschlagen zu einer Pizzeria zu gehen, die etwas näher ist und auch Eis serviert. Der Vorschlag klang gut und wir sind am Strand entlang-

gelaufen. Als wir ankamen war die Pizzeria geschlossen, so wie jedes andere Geschäft im Umfeld. Wir machten uns enttäuscht auf den Weg zurück zum Hotel, wobei das lange Zurücklaufen lockerte die Stimmung. Wie auf dem Hinweg mussten wir auch auf dem Rückweg den Fluss überqueren. Viele haben aus ihren vorherigen Fehlern gelernt, manche nicht, diese hatten erneut nasse Schuhe. Am Hotel angekommen begaben sich alle in ihre Zimmer um sich vom tollen Exkursionstag zu erholen.

Am Donnerstag konnten wir alle ausschlafen, da unser Training erst später begann. Somit hatten wir die Möglichkeit noch vor dem Training zu frühstücken. Gegen 11.00 Uhr begann schließlich das Training mit Aufwärmübungen und nach ca. einer halben Stunde ging es ins Wasser, was durch die pralle Sonne noch wärmer erschien als sonst. Diesmal sollten wir unsere Wettkampfanzüge anziehen, da wir uns die erste Stunde mit dem Wettkampftraining beschäftigten. Direkt nach dem Training gingen wir alle zum Mittagessen wo schon viele leckere Gerichte auf uns warteten. Nach dem Mittagessen gingen wir wieder zurück zu unserem Zimmer. Während einige schliefen, haben andere Uno gespielt. Nach der langen Freizeit gab es erstmal wieder Krafttraining. Danach begaben wir uns direkt zum Schwimmbecken um unsere zweite Trainingseinheit zu absolvieren. Am Ende des Schwimmens passierte etwas Wunderschönes. Der Sonnenuntergang war so atemberaubend, dass viele Schwimmer, während des Schwimmens, diesen anschauten und wir ein kleines Fotoshooting machten. Nachdem Schwimmen beeilten sich alle sich umzuziehen, damit sie noch rechtzeitig zum Abendessen gehen konnten. Nach dem Abendessen gingen alle mit vollem Magen wieder zurück ins Zimmer und haben den Abend ausklingen lassen.

Am Freitag früh stand dann unser Delfintraining an. Neben vielen anderen Dingen war das Hauptset 1000m Delfin wirklich keine leichte Sache. Auch die zweite Einheit heute hatte es nochmal richtig in sich. Mit 4x4x100m Kraul auf 2 Minuten so schnell es geht wurde alles von den Schwimmern abverlangt. Als Trainer können wir auf solche Einheiten besonders stolz sein, da alle an ihre Grenzen gegangen sind und sich die Kinder gegenseitig zu Höchstleistungen gepusht haben. Zwischen den Trainingseinheiten haben wir eine Videoanalyse gemacht. Es ist immer wieder spannend zu sehen, wie die Kinder Unterwasser schwimmen. Die Kinder sehen sich selbst mal im Wasser und die Trainer können die Technik genau analysieren und Verbesserungen geben. Zum Abschluss unseres letzten vollständigen Tages haben wir unsere Krafteinheit für eine Yogastunde genutzt. Im Sonnenschein mit Blick aufs Meer haben wir die gemeinsame Zeit genossen und das Trainingslager revue passieren lassen. Am Samstag, unserem Abreisetag hatten wir noch eine letzte Trainingseinheit. Um ein wenig Tinos 11. Geburtstag feiern zu können, haben wir noch einmal eine Stunde Gas gegeben und dann noch ein paar Spiele und Staffeln gemacht. Ein schöner Abschluss eines wirklich erfolgreichen Trainingslagers. Da wir erst um 16 Uhr zum Flughafen aufbrechen mussten haben wir die restliche Zeit damit verbracht Tennis, Minigolf oder Fußball zu spielen und noch ein paar gemeinsam Stunden zu verbringen. Am Flughafen angekommen mussten wir uns noch mit der ein oder anderen Komplikation auseinandersetzen. Jonas sein Koffer musste eingecheckt werden, da dieser zu groß für das Handgepäck war. Bei der letzten Kontrolle vor dem Flieger meinten ein paar wirklich unfreundliche Mitarbeiter der Airline nochmal einige unserer



Schwimmrucksäcke und Koffer kontrollieren zu müssen. Mit nicht sonderlich guten Argumenten von Seiten der Airline und einigen Diskussionen, sowie Demonstrationen, dass die Koffer (mit denen wir ja auch schon hinzu ohne Probleme geflogen waren) nicht zu groß sind, konnten wir dann glücklicherweise alle mit unseren Koffern in den Flieger steigen. In Basel angekommen wurden wir dann von ein paar Eltern abgeholt, sodass wir uns auf den finalen Heimweg nach Hause machen konnten. Gegen 24 Uhr war dann unser Abenteuer beendet und wir wurden von den Eltern freudig in Empfang genommen.

Abschließend lässt sich sagen, dass dies wirklich ein sehr schönes Trainingslager war. Wir hatten schöne Tage, viel Sonne, ehrgeizige Schwimmer und Trainer und jede Menge Spaß. Zurückblickend kann ich aus meiner Position sagen, die wirklich schon viele Trainingslager erlebt hat, das dies mit Abstand das Beste war!

Vielen Dank an alle die dabei waren und eine unvergessliche Zeit geschaffen haben.

Teilnehmer:

Hannah, Roman, Laura, Lucie, Vivian, Nell, Lorena, Leonie, Jonas, Selina, Stepan, Daniel, Tino, Michi und Edem

Trainer:

Sebastian und Jenni

Jenni Braunert













# Süddeutsche Jahrgangsmeisterschaften – when hard work pays off

Vom 05. - 07.05.2023 fanden die 29. Süddeutschen Jahrgangsmeisterschaften der Jahrgänge 2008 - 2012 männlich und 2010 - 2011 weiblich und die 71. Süddeutschen Meisterschaften der anderen Jahrgänge und Offenen Klasse statt.

Die Süddeutschen Meisterschaften sind ein großer Meilenstein für all unsere Schwimmer, das zu erreichen ist ein großes Ziel für alle! Nur wer die wirklich anspruchsvollen Pflichtzeiten in dem dafür vorgegebenen Zeitraum schafft, darf an dem Wettkampf teilnehmen.

Tino (2012) und Nell (2011) haben es beide geschafft und durften zusammen mit Nell's Papa Jelle und Trainer Sebastian übers Wochenende nach Erlangen fahren, um dort mit den besten Schwimmern Süddeutschlands ihrer Altersklasse zu kämpfen. Tino durfte aufgrund seines Alters im Mehrkampf antreten, das heißt 5 Starts in 2 Tagen, darunter 200m Lagen, 400m Kraul, und da er sich für den Rückenmehrkampf angemeldet hat 100m und 200m Rücken, sowie 50m Rücken Beine. Für jede Strecke sammelte er Punkte, die am Ende zusammengerechnet werden und so das Podest bestimmen. Tino lieferte sich einen heißen Kampf mit seinen Konkurrenten und konnte am Ende über alle 5 Strecken hinweg die meisten Punkte sammeln. Somit wurde er Süddeutscher Jahrgangsmeister im Rücken Mehrkampf, eine herausragende Leistung! Nell qualifizierte sich über die 50m und 100m Freistil. Mit einer tollen neuen Bestzeit in den 50m Freistil von 29,56s schaffte sie es auf den 3. Platz ihres Jahrgangs und ließ damit 25 weitere Schwimmerinnen hinter sich, unglaublich. Ein kleines Vorgeburtstags-Geschenk, das sie sich mit ihrer Leistung selbst gemacht hat. Auch in den 100m Kraul, die sie an ihrem Geburtstag schwimmen durfte, konnte sie sich noch einmal steigern und erreichte dort den 8. Platz.

Alles in allem war es ein tolles Wochenende für die beiden in Erlangen mit viel Schwimmen aber auch viel Freizeit und jeder Menge Spaß.

Gleichzeitig startete für Hannah schon am 05.07. der Wettkampf in Heidelberg. Mit Unterstützung ihrer Mama, Trainerin Jenni und Zusatzmotivation durch Laura und Anna-Maria konnte Hannah einen super Wettkampf schwimmen. Nachdem sie im letzten Jahr hauchdünn an den Zeiten gescheitert war, sicherte sie sich dieses Jahr direkt 3 Starts, in den 50m und 100m Rücken und in den 50m Freistil.

Freitags ging sie über ihre Paradestrecke, den 50m Rücken an den Start. Jeder Rückenschwimmer wird verstehen was wir am Schwimmbad in Heidelberg wirklich bedauern, die 50m Rücken mussten von der Seite ohne Anschlagmatten gestartet werden und auch ohne Rückenstarthilfe. Dementsprechend war durch die Bank weg jeder Schwimmer langsamer als er eigentlich für den Wettkampf gemeldet war, schade aber da es für jeden die gleichen Bedingungen waren, immerhin fair. Schade war auch das Hannah wegen 2 Zehntelsekunden den 3. Platz in ihrem Jahrgang verpasste. Sonntags ging sie dann noch für die 100m Rücken und die 50m Freistil ins Wasser. Beide Male zauberte Sie eine neue Bestzeit ins Becken, wirklich eine überragende Leistung bei dem Druck. Leider wurde sie auch in den 100m Rücken wegen 2 Zehnteln 4., was ihre tolle neue Bestzeit aber nicht minderte.

Alles in allem war es ein wirklich sehr erfolgreiches Wochenende worauf alle drei Schwimmer sehr stolz sein können, wir Trainer sind es auf jeden Fall. Nach den Süddeutschen ist vor den Süddeutschen und somit setzten wir uns das Ziel, auch nächstes Jahr wieder am Start zu sein, vielleicht ja auch mit noch mehr Schwimmern!

Jenni Braunert





# Road to Berlin

Vom 23.05-27.05 fanden die diesjährigen Deutschen Jahrgangsmeisterschaften, wie immer in Berlin statt. Nach jahrelanger Abstinenz hat es Hannah Haake dieses Jahr geschafft, unseren Verein dort zu vertreten. Nach einer harten und intensiven Saison schaffte sie es in 50m und in 100m Rücken unter die 20 Besten ihres Jahrgangs zu sein und hatte sich somit qualifiziert.

Hannah, ihre Mutter als Supporter und Sebastian und Jenni als ihre Trainer, Seelsorger und Freunde, sind am Donnerstag angereist, da Hannahs Starts am Freitag und Samstag waren. Bei einem lockeren Einschwimmen am Donnerstagnachmittag konnte Hannah das erste Mal in dem wirklich beeindruckenden Schwimmbecken von Berlin das Wassergefühl testen. Am Freitagmorgen ging Sie dann über die 50m Rücken an den Start. Nach einem guten Wettkampf von ihr, der durch viel Aufregung und wahrscheinlich auch jede Menge Druck, leider nicht zu einer neuen Bestzeit reichte, machten wir uns einen schönen Sightseeing-Tag in Berlin.

Der Tag wurde in vollen Zügen genutzt, sodass wir so gut wie jeden Touristen Hotspot einmal abgeklappert haben und dabei jede Menge Spaß hatten.

Am Samstag morgen ging Hannah dann noch über die 100m Rücken ins Wasser, mit einem ähnlichen Ergebnis wie am Vortag.

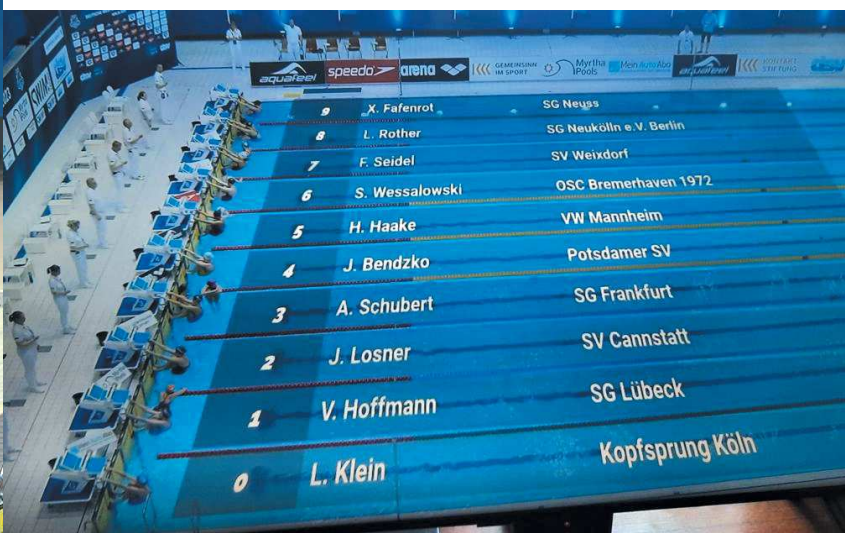
Wenn wir ehrlich sind, war von Anfang an das Motto dieser Reise, „dabei sein ist alles“, da alleine das zu schaffen in unserer Sportart wirklich nicht einfach ist.

Die Mama und die Trainer sind unfassbar stolz auf die Leistung, die Hannah geliefert hat, damit bestätigte sie nicht nur ihr Können, sondern auch die Trainerleistung während der Saison!



Wir haben auf jeden Fall Gefallen an dem Wettkampf gefunden und hoffen, dass wir auch 2024 wieder dabei sein können, vielleicht ja dann auch mit dem ein oder anderen Schwimmer mehr im Gepäck :)

Jenni Braunert









# DM SMK in Stuttgart

## Erfolgreiche Teilnahme des Schwimmers Valentin Flache vom VW Mannheim

Am Freitag, den 16.06. ging es für unseren Schwimmer Valentin Flache (Jg. 2012) zur DM SMK (Deutsche Meisterschaften Schwimmerischer Mehrkampf) nach Stuttgart. Begleitet wurde er von seinem Trainer Sebastian Flache und seiner Mama Kathrin Flache. Beim Anreisetag hieß es: die Akkreditierungen abholen, dann gleich zum Einschwimmen und bereit machen, denn es wurden direkt am Freitag die 400m Freistil geschwommen. Tino (Valentin) startete als einer der 22 schnellsten Schwimmer im Jahrgang 2012, die sich für den Rücken-Mehrkampf qualifizierten. Tino schwamm dabei im Jahrgang 2012 auf Platz 16 in den 400m Freistil.

Frisch erholt konnte dann am 17.06. der zweite Tag starten. Tino hat sich mit 50m Rücken Beine, 100m Rücken, 200m Rücken, 25m Delfinbeine in Bauchlage und 25m Delfinbeine in Rückenlage auf Platz 8 vorgeschwommen. Er konnte direkt im ersten Start über die 50m-Beine eine neue Bestzeit in 45,10 Sekunden erzielen. In der Einzelwertung über die 200m Rücken schwamm er auf einen sehr starken 6. Platz. Mit diesen großartigen Ergebnissen beendete er den 2. Tag.

Wie alles Gute, endete am 18.06. nach den 200m Lagen mit der Siegerehrung auch die DM SMK. Tino konnte sich mit einer sehr starken Leistung den 4. Platz im schnellsten Lauf der Jungs sichern und konnte dadurch in der Gesamtwertung noch einmal um einen Platz nach vorne schwimmen.

Am Ende belegte Valentin Flache in der Rücken-Wertung im Jahrgang 2012 einen sehr starken 7. Platz.

Somit geht ein anstrengendes, aber erfolgreiches Wochenende zu Ende. Tino sammelte Bestzeiten und viele Erfahrungen, die er mit in die nächste Saison nimmt. Wir sind super stolz über die erbrachten Leistungen.

Sebastian Flache









# 51. Schwimmfest Waghäusel 17.06.2023

Auf dem Nachwuchswettkampf in Waghäusel konnten unsere kleinen Nachwuchsschwimmer etliches an Medallien und sogar den Staffelpokal gewinnen. Anastassiadis, Anestis 50B / 1:06,96 Bronze, Atamanchuk, Kyrylo 100R / 1:33,80 Gold, Bakanov, Michael 50S / 0:30,38 100 S / 1:11,26 200 L / 2:47,27 Gold 50R / 0:36,53 Bronze, Berkovich, Daniel 50R / 0:35,26 50B / 0:38,57 Silber 200L / 2:47,27 Bronze, Kasprzak, Niklas Philip 50S / 0:45,29 200F / 3:03,99 Gold, Nasraoui, Edem 50B / 0:46,12 Bronze, Ott, Fabian 50R / 0:49,66 Silber, Ullmann, Danil 50F / 0:37,34 100F / 1:21,70 Bronze.

Arent, Lorena 100R / 1:39,20 Silber, Bühler, Lucie 50S / 0:37,13 Silber 100B / 1:34,79 50B / 0:42,53 Gold 100F / 1:17,80 Bronze, Haake, Hannah 100R / 1:09,79 50R / 0:31,98 Gold (50R Finale / 0:31,65 1. Offene Wertung), 50F / 0:29,01 (50F Finale / 0:28,24 2. Offene Wertung)

Haake, Leonie 50S / 0:33,07 100F / 1:07,92 Silber 100B / 1:28,19 Gold Mitskus, Melissa 50S / 0:50,28 50B / 0:52,80 Silber 50R / 0:46,66 50 F / 0:38,44 Gold, Rössing, Lilly 50R / 1:00,52 Silber, Vollbaum, Selina 50R / 0:48,72 50B / 0:48,16 50F / 0:39,52 Silber

8x50F Rössing, Lilly, Klein, Nico, Wiesemann, Clara Victoria, Pijetlovic, David, Vollbaum, Dina, Ott, Fabian, Mitskus, Melissa, Van Nuffelen, Mats 6:20,55 15. Offene Wertung

8x50F Haake, Leonie, Bühler, Lucie, Berkovich, Daniel, Arent, Lorena, Haake, Hannah, Ullmann, Roman, Bakanov, Michael, Shushkin, Stepan 4:11,05 4. Offene Wertung

4x50F Ullmann, Danil, Atamanchuk, Kyrylo, Njiena, Yannick Luca, Kasprzak, Niklas Philip 2:37,73 1. Offene Wertung

DS







# JAKOB-TADIC

Garten & Landschaftsbau

An den Kasernen 2  
68167 Mannheim

Tel./Fax 06 21 30 19 22  
Handy 01 70 5 24 51 29



## 43. Baden-Württembergische Altersklassenmeisterschaften in Karlsruhe

Der SCC Karlsruhe war dieses Jahr der Gastgeber der 43. Baden-Württembergischen Altersklassenmeisterschaften im Synchronschwimmen. Am 29. - 30.4.2023 trafen sich wieder fast 80 Sportlerinnen für diesen Wettkampf. Am Samstag gingen unsere Mädchen für die Pflicht ins Wasser. Unser Neuzugang Kristina Atamanschuk aus der Ukraine konnte sich schon in der Pflicht in der Altersklasse C mit 4 Punkten Abstand an die Spitze setzen und gewann diesen Wettkampfabschnitt mit tollen 60 Punkten. In der Altersklasse D belegten unsere 2 Mädchen auch super Plätze. Greta Hohenstein den 6. Platz und Kristy Koshkadze einen tollen 8. Platz. Da wir mit einer Kombi bei den Küren an den Start gingen, mussten die anderen Mädchen keine Pflicht schwimmen. Bei dieser Kür ist es sehr schön das altersübergreifend geschwommen werden kann. Unsere Junioren bis zur C-Klasse. Am Sonntag waren dann die Kürwettkämpfe, bei denen jeder unserer 3 Küren eine Medaille einfahren konnte. Im Solo der AK C gewann mit weitem Abstand Kristina Atamanschuk. In der AK D im Duett konnten Greta Hohenstein und Kristy Koshkadze einen tollen 3. Platz belegen. Und in der Kombi gab es wieder eine Goldmedaille. Bei dieser Kür konnten wir in diesem Jahr mit 10 Sportlerinnen an den Start gehen: Gizem und Sinem Alan, Kristina Atamanschuk, Palome Avendano Alvarez, Maryna Galatsan, Anna-Viktoria Koenen, Larissa Barrera Horsch, Malena Bolt, Emma Gerlein, Esther Maimone und Karolina Wilk. Dieser Wettkampf war wieder mal ein voller Erfolg.







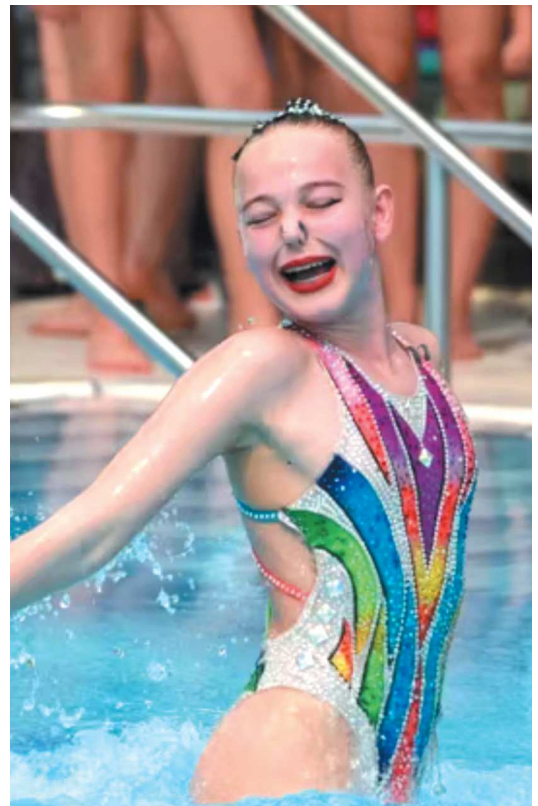
Duett D Greta und Kristy



Duett D Greta und Kristy



Solo Siegerehrung



Soli C Kristina



# Nikolausvierer – 03.12.2022

Der Andrang in diesem Jahr war groß, gleich drei Vierer konnten wir beim Nikolausrudern in Mainz melden. Um 8.00 Uhr ging es los. Da die Startzeiten weit genug auseinanderlagen, brauchten wir nur einen Vierer auf den Hänger zu laden. Ein Umstand, den wir sehr begrüßten. In Mainz angekommen hieß es abladen, Boot aufriggern und verkleiden. Wir entschieden uns in allen Vierern als Tannenbaum an den Start zu gehen. Braunes Shirt, der Stamm und grüner Hut, die Nadeln. Wer sich jetzt wundern sollte – es ist nicht der gewöhnliche Ruderdress als Tannenbaum herumzulaufen. Beim Nikolausvierer ist es natürlich üblich, sich zu verkleiden (wenigstens ein bisschen).

Der erste Vierer ging zu Wasser, ein Boot mit Anfängern bzw. Wiedereinsteigern. Nach vier Kilometern war alles rum. Für den einen schneller für den anderen langsamer.

Ein schneller Bootswechsel an der Pritsche inklusive Einstellung und das erste Frauenboot (die Ausnahme war der Steuermann) seit mehreren Jahren machte sich auf die 4 km lange Strecke. Dass es anstrengend war, merkte man während der Fahrt, dennoch schlugen sich alle Ruderinnen tapfer.

Zu guter Letzt ruderte unser Männerboot. Am Ende erreichte das Boot Platz drei. Nachdem wir alle wieder angelegt hatten, das Boot abgeriggert und aufgeladen war, warteten wir bei Glühwein, Kaffee und Kuchen auf die Siegerehrung.

Auch wenn es bitterkalt war, hatten wir doch wieder einmal Spaß mit einer größeren Truppe auf Regatta fahren zu dürfen. Wir hoffen alle, dass wir dies noch oft wiederholen können.

Rudern















Das Ruderjahr beginnt erst mit der warmen Jahreszeit, ein Dilemma der es der Ruderabteilung nicht ermöglicht viel über Regatten in diesem Heft zu berichten. Dennoch können wir einen kleinen Ausblick geben. Bereits Anfang des Jahres wurde der Entschluss getroffen zu Ende der Saison an einzelnen Regatten teilzunehmen und sich auf jeden Fall wieder für den Nikolausvierer anzumelden. Das ist sehr erfreulich - wir dürfen gespannt sein, wie es sich weiterentwickelt.

CB



# Neujahrauffahrt - 2023

Ein frohes neues Jahr!!!!

Nach zwei Jahren Pause fand in diesem Jahr zum ersten Mal wieder die Neujahrauffahrt statt. Treue Vereinsmitglieder fanden den Weg ins Bootshaus. Zum Rudern oder auch um die Geselligkeit zu genießen.

Um 14.00 Uhr machten wir uns mit drei Doppelzweiern und einem Doppelvierer auf, das neue Jahr zu begrüßen. Nach einer kurzen Ansprache durch Karl-Heinz Öhlschläger ging es los. Von den an Land Gebliebenen wurden fleißig Bilder geschossen. Seht selbst....

Nach dem Rudern machten wir es uns im Aufenthaltstraum bei Glühwein, Kinderpunsch, Kaffee und Neujahrsbrezeln gemütlich und ließen den Tag ausklingen.

CB









# Schnupperkurs

Unser erster Schnupperkurs in diesem Jahr fand im April statt. Mit zwei Vierern konnten wir den Altrhein unsicher machen.

Auch nach anfänglicher Skepsis des ein oder anderen haben am Ende alle das Rudern gelernt. Für manche geht es in unserem Verein weiter und bei dem Fleiß, der an den Tag gelegt wird, dauert es nicht lange bis gemeinsame Wanderfahrten bestritten werden können.

Zum Abschluss des Kurses saßen wir gemeinsam beisammen und genossen die wohlverdiente Pizza.

CB





# Albrecht Kschischo —

## 80 Jahre jung



Albrecht ist ein absoluter Aktivposten im Verein. Schon bald nach seinem Eintritt in die Ruderabteilung 1979 übernahm er das Amt des Bootswartes, das er bis heute innehat. Er ist eine Respektsperson im Stile eines Robert Adelman, mit dem ihn auch eine Freundschaft im Geiste verband.

Er hat an nahezu jedem Boot in unserem Bootspark Hand angelegt. Dabei hat er sich im Laufe der Jahrzehnte umfangreiche Kenntnisse und Fertigkeiten im Bootsbau angeeignet, die ihn in die Lage versetzen, auch komplette Generalüberholungen auszuführen. Erst vor kurzem hat er den Zweier „Heinz Hunsinger“ nach einer beinahe einjährigen Generalüberholung wieder für den Ruderbetrieb freigegeben.

Tausende Stunden hat er in den vier Jahrzehnten mit Reparaturen in der Bootshalle verbracht und dem Verein zehntausende von DM bzw. Euro eingespart.

Nach seiner Pensionierung als Ingenieur und Konstruktionsgruppenleiter bei den Motoren Werken Mannheim hat er seinen Arbeitseinsatz nochmals gesteigert und ist bis heute regelmäßig nachmittags in der Bootshalle, seiner „Werkstatt“ anzutreffen.

Als Dank für seinen Einsatz wurde er mit der Ehrenmitgliedschaft des VWM ausgezeichnet.

Darüber hinaus ist er als Ruderer bis heute aktiv. Viele Jahre war er auf oder unter den ersten Plätzen bei der jährlichen Kilometerstatistik. Bei jeder Wanderfahrt war er dabei. Nach nachweislich 40.077 geruderten Kilometern wurde ihm der Äquatorpreis des DRV verliehen.

Er hat nicht nur viel, sondern auch intensiv gerudert. Sonntagmorgens war er regelmäßig mit seinen Kameraden 18 km im Boot unterwegs und die kurz vor dem Bootshaus angesagten nochmals 90 harten Schläge waren gefürchtet. Soweit bekannt ist er auch der Einzige, der sich auf dem Ergometer einen Marathon mit 42,2 km angetan hat. Das zeigt, mit welcher Zähigkeit er seine Ziele verfolgt.

Ergometer fährt er immer noch leidenschaftlich gerne und wenn das Wetter es erlaubt, ist er auch noch mit dem Einer unterwegs.

Wir wünschen Albrecht noch viele gesunde Jahre in unserem Kreis und im Kreise seiner Familie.

GB



