

# INFO

## Abteilung

# Schwimmen & Wasserball

Hallo,

ich möchte Euch zum ersten INFO nach der Flut begrüßen.

Das Hochwasser im August 2002 hat uns alle betroffen – privat, beruflich und natürlich „schwimmerisch“. Wir haben versucht, vier Monate ein Training durchzuführen, welches an der geringen Kapazität der wenigen Dresdner Schwimmhallen scheiterte. Trotzdem sind uns die Meisten treu geblieben.

Wir bedanken uns ...

Das Stauseebad Cossebaude wurde durch das Elbehochwasser schwer beschädigt. Eine Wiedereröffnung ist geplant und wir wollen dieses Jahr einen EXTRA großen Arbeitseinsatz starten. Der Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben.

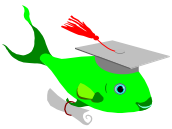
Die Druckerei REPROPLAN an der Bienertmühle, die seit Jahren unser INFO druckt, ist vom Weißeritzwasser stark zerstört worden. Inzwischen hat sie wieder geöffnet.

Ich wünsche Euch allen für das Jahr 2003 alles erdenklich Gute.

*Euer Dr. Flossi*

## Inhaltsverzeichnis

29. Juli 2002 – Ein toller Tag in Berlin	Seite 2
Dezember in Argentinien – Behinderten-WM	Seite 3
Internationales Master Schwimmfest um den Goslaer Adler	Seite 4
Wasserball	Seite 5
Sportlicher Erfolge der Kinder und Jugendlichen 2001/ 2002	Seite 6
E-Kader-Kriterien 2003/ 2004	Seite 7
Welcher Teil des Trainings ist die größte Herausforderung?	Seite 8



Neue Telefonnummer unseres Geschäftsführers G. Tschernko: 4848928.

## 29. Juli 2002 – Ein toller Tag in Berlin!

Es schafften tatsächlich alle, pünktlich am Treffpunkt Neustädter Bahnhof zu erscheinen – 6.30 Uhr ist das gar nicht so einfach mitten in den Ferien!

Nach zweieinhalb stündiger Fahrt machten wir für 30 Minuten den Potsdamer Platz unsicher, außer zwei Betreuern, die sich in die Spur machen mussten, um die restlichen Eintrittskarten zu besorgen! Danach ging's in die Unterwasserwelt, in die Badewelt und dann in die Landsberger Allee zu den Besten der Besten!

Marian Bobe und Claudia Pfützner fingen vereinzelte Stimmen an diesem Tag ein:

Christian Otto: „Ein wunderschöner Tag in Berlin mit vielen Überraschungen und dem Höhepunkt in der Landsberger Allee!“

Christiane Reppe: „...war in Ordnung, besser konnte die Organisation bzw. der Zeitplan nicht sein. Am gelungensten war natürlich die Überraschung, dass wir bei der EM und beim Weltrekord der Staffel-Frauen dabei sein durften!“

Gudrun Wagner: „Ein erlebnisreicher Tag. Die kleinen Pannen haben sich im Nachhinein als Glücksfall erwiesen, denn an diesem heißen Tag war jeder froh über die Mittagspause im Schatten. Besonders hat mir gefallen, dass trotz 8 Jahren Altersunterschied zwischen den Sportlern ein toller Zusammenhalt und eine super Stimmung herrschte (inklusive Skatlehrgänge für Frauen und Hilfe beim Galgenraten der Jüngsten)  
Herzlichen Dank an die Cheforganisatorin Andrea!“

Justin Poel (unser Jüngster): „Der Tag war sehr schön und es hat vor allem Spaß gemacht. Schade nur, dass der Tag so früh zu Ende ging.“

(Anmerkg. der Red.: 22.15 Uhr landeten wir wieder in Dresden)

Marian Bobe: „Obwohl dieser Tag schrecklich begann – unvorstellbar 5.00 Uhr – nahm der Tag an Dramatik zu und bekam sein Happy End mit den zwei Goldmedaillen der Männer und Frauen in den Staffeln. Die Stimmung war bombig und es blieben tolle Eindrücke. Schade nur, dass nicht alle Eingeladenen die vielen Überraschungen miterleben wollten!  
DANKESCHÖN!“

Sergej Rojansky: „Mir hat es gefallen. Der Tag war genauso schön wie das wunderschöne, heiße Wetter!“

Vivien Gerster: „Der wunderschöne Tag begann viel zu früh und endete zu zeitig und vielen Dank an Andrea!“

Phil Goldberg: „Ein super Tag unter dem Motto: WASSER OHNE ENDE. Im Kino waren wir unter Wasser, im Freibad im Wasser und bei der EM über Wasser zum Mitfiebern und Anfeuern. Der Weltrekord der vier DSV-Damen war die Krönung! Vielen Dank für diesen Tag!“

Martin Frenzel: „Die Kinderrutsche im Freibad gefiel nicht nur den Jüngsten und brachte die nötige Abkühlung an diesem heißen Tag. Meine Trommelwirbel bei den EM-Finals beflügelten unsere Schwimmer und brachten an diesem Tag drei Medaillen ein! Glückwunsch!“

Claudia Pfützner: „Es war ein 17-Stunden Tag mit 19 Sportbegeisterten Dresdnern mitten im EM-Trubel, voller Spannung, ausgelassener Stimmung, extremer Hitze, ein wenig Stress und sehr schöner Erlebnisse. GENIAL GELUNGEN!“

Auch die hier nicht zu Wort gekommenen EM-Besucher waren sich einig:

**ES WAR EIN SCHÖNER TAG VOLLER ÜBERRASCHUNGEN!!!**

Die schönen Erinnerungen halten hoffentlich bis zum nächsten Überraschungsausflug...

Bis dahin Marian Bobe und Claudia Pfützner

Freue mich immer über Post von Euch: [flossi@schwimmen-dresden.de](mailto:flossi@schwimmen-dresden.de)



## **Dezember in Argentinien – Behinderten-WM**

Im Dezember 2002 war es endlich soweit. Lange hatte Christiane auf diesen Tag hingearbeitet. Sie flog gemeinsam mit behinderten Sportlern aus ganz Deutschland nach Argentinien zur Weltmeisterschaft.

Nach zwei erfolg- und erlebnisreichen Wochen landete sie mit zwei Bronzemedailien und super Platzierungen wieder in Deutschland, nachdem sie am letzten Tag noch 5000 m im Meer absolviert hatte und nach 90 Minuten als 7. von 20 gestarteten Frauen ins Ziel kam.

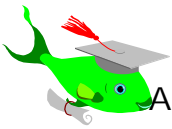
**HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!!!**

Mit dem Anfang des neuen Jahres trainiert Christiane nun im Landesstützpunkt um sich optimal auf ihr nächstes großes Ziel vorbereiten zu können: OLYMPIA 2006 in Athen!

**VIEL ERFOLG AUCH WEITERHIN!!!**

Claudia Pfützner





Aktuelle Wettkampftermine erfahrt Ihr im Schaukasten bzw. auf der Homepage



## 24. Internationales Master Schwimmfest um den Goslaer Adler

Nach nur 2 Monaten Training in der Schwimmhalle Freiburger Platz fühlten sich 14 Mutige der Senioren gewappnet für einen ersten Wettkampf. Also fuhren wir nach Goslar zum 24. Internationalen Masters Schwimmfest um den Goslaer Adler. Dort angekommen gingen wir noch gemütlich Abendessen, um die „Taktik“ für den nächsten Tag zu besprechen. Nach einer ruhigen, d.h. es hat keiner geschnarcht, aber ziemlich kalten Nacht in einer Tennishalle konnte es dann losgehen.

Zu Beginn stand gleich die 4 x 50 m Freistil Staffel. Im späteren Tagesverlauf unterboten einige unserer Schwimmer ein paar persönliche Bestleistungen, manche holten sogar Medaillen und die 4 x 50 m Lagen Staffel der Frauen setzte sich sogar gegen alle anderen angetretenen Mannschaften durch und konnte sich einen Pokal sichern.

Ansonsten konnten wir nur über die Leistungen der anderen Sportler zwischen 20 und 82 Jahren staunen, die teilweise neue polnische, niederländische, deutsche und sogar Europarekorde aufstellten.

Für die korrekten Zeiten sorgte auch unsere Kampfrichterin und Staffelschwimmerin Susann Roth.

Vielen lieben Dank.

Am Abend fand noch ein kleiner Empfang statt, wo die Sieger der Staffeln geehrt und die Pokale verteilt wurden, von denen wir leider viel zu wenig bekommen haben. Im nächsten Jahr wird sich das aber ändern, hoffen wir. Nach dem Abendessen ließen wir uns von der allgemeinen Aufbruchstimmung anstecken, die von „DJ“ Wolfgang nicht gerade gemindert wurde.

Robert Frind

### Ergebnisse:

Dagmar Urbansky	100 B: 1:52,30 (2. Platz)	50 B: 0:49,99 (3. Platz)
Birgit Hoffmann	100 L: 1:25,14 (7. Platz)	50 S: 0:36,35 (5. Platz)
	100 S: 1:24,18 (1. Platz)	
Kathrin Regener	100 L: 1:21,78 (6. Platz)	50 F: 0:33,10 (6. Platz)
	50 S: 0:35,14 (4. Platz)	50 R: 0:37,06 (3. Platz)
Anke Knöppler	50 F: 0:33,00 (7. Platz)	100 R: 1:18,83 (4. Platz)
	50 R: 0:37,06 (4. Platz)	
Susanne Meusel	50 F: 0:32,42 (4. Platz)	100 R: 1:17,76 (3. Platz)
	50 R: 0:37,13 (3. Platz)	
Andreas Schmidt	50 F: 0:27,55 (1. Platz)	50 S: 0:29,80 (2. Platz)
	100 F: 1:04,27 (2. Platz)	100 S: 1:12,11 (2. Platz)
Uwe Herrbruck	100 L: 1:11,43 (4. Platz)	100 R: 1:12,48 (3. Platz)
	50 S: 0:31,29 (4. Platz)	50 R: 0:32,88 (2. Platz)
Michael Schwalbe	50 F: 0:28,83 (11. Platz)	50 S: 0:31,26 (10. Platz)
	100 F: 1:05,03 (8. Platz)	
Raiko Meister	100 L: 1:10,17 (7. Platz)	50 F: 0:26,14 (3. Platz)
	100 B: 1:22,58 (8. Platz)	100 F: 0:59,21 (5. Platz)
	50 B: 0:36,92 (12. Platz)	
Michael Schwarz	50 F: 0:29,82 (15. Platz)	100 B: 1:16,66 (6. Platz)
	100 F: 1:09,43 (13. Platz)	50 B: 0:35,35 (9. Platz)
Holger Schirutschke	100 L: 1:10,67 (8. Platz)	50 F: 0:26,55 (disq.)
	50 S: 0:29,64 (8. Platz)	100 F: 1:02,10 (10. Platz)
Robert Frind	100 L: 1:17,58 (12. Platz)	50 F: 0:29,91 (16. Platz)
	100 F: 1:08,04 (12. Platz)	
Robert Erdmann	50 F: 0:28,83 (13. Platz)	100 R: 1:10,24 (4. Platz)
	50 R: 0:31,04 (4. Platz)	50 B: 0:36,24 (11. Platz)





## Wasserball – Saison 2002

Für alle die es noch nicht wussten, die ehemaligen Jugendwasserballer und die aktuellen Jugendspieler des USV TU Dresden spielen seit ca. 2 Jahren bei der Spielgemeinschaft Wasserball Dresden. In der Landesliga offene Klasse spielen zurzeit neun TU Wasserballer mit, drei davon noch A-Jugendliche.

Die vergangene Saison war sehr erfolgreich:

- Landesmeister in der offenen Klasse Männer
- Bezirksmeister in der offenen Klasse Männer
- Bezirkspokalsieger in der offenen Klasse Männer

Auch in den folgenden Sommerturnieren konnten wir unsere Erfolge fortsetzen:

- Sieger in Grabow (Schwerin), Torschützenkönig Raiko Meister (USV TU)
- Sieger beim Viernationen Turnier in Bregenz (Bodensee), Zweiter bei der Wahl zum besten Spieler des Turniers Rando Meister (USV TU)
- 3. Platz in Gera
- 3. Platz in Dessau

Zu Beginn der neuen Hallensaison kam das Hochwasser, also musste schnell Ersatz gefunden werden. Zum Glück erhielten wir das Angebot von Chemnitz, während ihrer Trainingszeit mit zu trainieren. Dies wurde wie folgt genutzt: Mittwochs fuhren die Jugendmannschaften und freitags die Herren. Auf Grund dieser Trainingsmöglichkeiten ist der Leistungsrückstand nicht ganz so groß geworden. Danke Chemnitz!

Der Start in die neue Saison ist gut geglückt und wir hoffen dieses Jahr unsere Titel verteidigen zu können.

*Es werden immer neue Spieler gesucht (Alter ist egal), wer möchte meldet sich unter:*  
[raikomeister@gmx.de](mailto:raikomeister@gmx.de)

## Wasserball – Termine 2003

**Spieltag 3 am 12.04.03 in Görlitz, Fichtestr., Beginn 13.15 Uhr**

Spiel	11 Plauen	- Chemnitz II
	12 Görlitz	- Auerbach
	13 Dresden	- Chemnitz II
	14 Plauen	- Auerbach
	15 Dresden	- Görlitz

**Spieltag 4 am 18.05.03 in Chemnitz, Bernsdorfer Str., Beginn 9.00 Uhr**

Spiel	16 Auerbach	- Chemnitz II
	17 Plauen	- Dresden
	18 Chemnitz II	- Görlitz
	19 Auerbach	- Dresden
	20 Plauen	- Görlitz

## E-Kader-Kriterien 2003/2004

Folgende Zeiten sind für eine Nominierung in den Kader des Sächsischen Schwimmverbandes im Wettkampffahr 2002/2003 zu erreichen (sie haben gegenüber dem vorigen Jahr stark angezogen):

	<b>weiblich</b>	<b>50 SB</b>	<b>50 S</b>	<b>100 S</b>	<b>50 RB</b>	<b>50 R</b>	<b>100 R</b>	<b>200 R</b>	<b>50 BB</b>	<b>50 B</b>	<b>100 B</b>	<b>200 B</b>	<b>50 KB</b>	<b>50 F</b>	<b>100 F</b>	<b>200 F</b>	<b>200 L</b>
<b>1992 A</b>	-	0:38,3	1:24,5	-	0:41,0	1:27,5	3:04,1	-	0:44,8	1:36,7	3:28,9	-	0:35,1	1:18,2	2:49,8	3:08,6	
<b>B</b>	-	0:39,4	1:27,0	-	0:42,2	1:29,8	3:09,1	-	0:46,0	1:39,3	3:34,5	-	0:36,0	1:20,3	2:54,4	3:13,7	
<b>1993</b>	-	0:43,8	-	-	0:46,4	1:38,9	-	-	0:50,6	1:49,3	-	-	0:39,6	1:28,4	-	3:33,2	
<b>1994</b>	1:10,0	-	-	1:05,0	0:56,5	2:00,3	-	1:10,0	1:01,6	2:13,0	-	1:03,0	0:48,2	1:47,5	-	-	
<b>1995 u.j.</b>	1:10,0	-	-	1:05,0	-	-	-	1:10,0	-	-	-	-	1:03,0	-	-	-	

	<b>männlich</b>	<b>50 SB</b>	<b>50 S</b>	<b>100 S</b>	<b>50 RB</b>	<b>50 R</b>	<b>100 R</b>	<b>200 R</b>	<b>50 BB</b>	<b>50 B</b>	<b>100 B</b>	<b>200 B</b>	<b>50 KB</b>	<b>50 F</b>	<b>100 F</b>	<b>200 F</b>	<b>200 L</b>
<b>1991 A</b>	-	0:36,2	1:19,6	-	0:37,3	1:20,0	2:53,0	-	0:41,2	1:30,1	3:14,4	-	0:32,3	1:11,4	2:37,3	2:56,5	
<b>B</b>	-	0:37,4	1:22,2	-	0:38,4	1:22,4	2:58,1	-	0:42,4	1:32,8	3:20,1	-	0:33,2	1:13,5	2:42,0	3:01,7	
<b>1992</b>	-	0:42,1	-	-	0:42,7	1:31,6	-	-	0:47,2	1:43,2	-	-	0:37,0	1:21,8	-	3:22,0	
<b>1993</b>	1:05,0	-	-	1:03,0	0:47,0	1:40,8	-	1:05,0	0:51,9	1:53,6	-	1:00,0	0:40,7	1:30,0	-	-	
<b>1994 u.j.</b>	1:05,0	-	-	1:03,0	-	-	-	1:05,0	-	-	-	-	1:00,0	-	-	-	

Es müssen mindestens zwei Normzeiten in unterschiedlichen Schwimmarten nachgewiesen werden.

In den Jahrgängen weiblich 1994 u.j. sowie männlich 1993 u.j. muß mindestens eine Beinbewegungsstrecke, in den Jahrgängen weiblich 1992 sowie männlich 1992 und 1991 eine Strecke länger als 50 m dabei sein.

## Sportliche Erfolge der Kinder und Jugendlichen 2001/2002

■ Folgende Sportler sind E- bzw. D-Kader des Sächsischen Schwimmverbandes:

<b>Michelle Wunsch</b> , Jg. 93 <sup>1</sup> _____ 6 Normen	<b>Justin-Andreas Poel</b> , Jg. 94 <sup>6</sup> ____ 2 Normen
<b>Vivien Gerster</b> , Jg. 93 <sup>1</sup> _____ 2 Normen	<b>Konrad Sawade</b> , Jg. 92 <sup>1</sup> _____ 2 Normen
<b>Anne Zocher</b> , Jg. 92 <sup>1</sup> _____ 5 Normen	<b>Serguei Royanskie</b> , Jg. 92 <sup>1</sup> ____ 2 Normen
<b>Diana Kleider</b> , Jg. 91 <sup>2</sup> _____ 3 Normen	<b>Martin Frenzel</b> , Jg. 87 <sup>4</sup> _____ 6 Punkte
<b>Marie Valtin</b> , Jg. 87 <sup>4</sup> _____ 1 Punkt	<b>Marian Bobe</b> , Jg. 86 <sup>4</sup> _____ 25 Punkte
	<b>Christian Otto</b> , Jg. 86 <sup>4</sup> _____ 6 Punkte

■ Die absolut besten Leistungen (Durchschnitt der 50-m-Strecken) erreichten:

<b>Marie Valtin</b> , Jg. 87 <sup>4</sup> _____ 527 Punkte	<b>Marian Bobe</b> , Jg. 86 <sup>4</sup> _____ 598 Punkte
<b>Claudia Schmeißner</b> , Jg. 87 <sup>5</sup> ____ 401 Punkte	<b>Martin Frenzel</b> , Jg. 87 <sup>4</sup> _____ 498 Punkte
<b>Sina Thieme</b> , Jg. 89 <sup>3</sup> _____ 387 Punkte	<b>Rando Meister</b> , Jg. 85 <sup>5</sup> _____ 445 Punkte
<b>Marie Pouva</b> , Jg. 86 <sup>5</sup> _____ 382 Punkte	<b>Sebastian Röher</b> , Jg. 86 <sup>5</sup> _____ 408 Punkte
<b>Ariane Stary</b> , Jg. 88 <sup>5</sup> _____ 381 Punkte	<b>Rocco Liebezeit</b> , Jg. 87 <sup>5</sup> _____ 350 Punkte
<b>Stephanie Polster</b> , Jg. 84 <sup>5</sup> ____ 371 Punkte	<b>Robert Gebler</b> , Jg. 84 <sup>7</sup> _____ 340 Punkte

■ Die größten Leistungssteigerungen erzielten:

<b>Anne Zocher</b> , Jg. 92 <sup>1</sup> _____ 129 Punkte	<b>Tobias Schmidt</b> , Jg. 88 <sup>5</sup> _____ 81 Punkte
<b>Susann Weigt</b> , Jg. 90 <sup>2</sup> _____ 100 Punkte	<b>Hendrik Krause</b> , Jg. 89 <sup>3</sup> _____ 71 Punkte
<b>Diana Kleider</b> , Jg. 91 <sup>2</sup> _____ 89 Punkte	<b>Marcus Schubert</b> , Jg. 89 <sup>4</sup> _____ 70 Punkte
<b>Elisabeth Meister</b> , Jg. 91 <sup>1</sup> _____ 68 Punkte	<b>Christian Otto</b> , Jg. 86 <sup>4</sup> _____ 68 Punkte
<b>Stefanie Haumann</b> , Jg. 91 <sup>2</sup> _____ 66 Punkte	<b>Franz Kapplusch</b> , Jg. 88 <sup>3</sup> _____ 66 Punkte
<b>Judith Assenheimer</b> , Jg. 91 <sup>1</sup> ____ 62 Punkte	<b>Martin Landgraf</b> , Jg. 90 <sup>2</sup> _____ 63 Punkte

■ In diesem Schuljahr lernen an der Sportschule und/bzw. trainieren beim Landesstützpunkt:

<b>Anne Zocher</b> , Jg. 92 <sup>1</sup> _____ 1. Jahr	<b>Robin Goldberg</b> , 7. Klasse <sup>4</sup> _____ 3. Jahr
<b>Diana Kleider</b> , Jg. 91 <sup>2</sup> _____ 1. Jahr	<b>Marcus Schubert</b> , 7. Klasse <sup>4</sup> _____ 3. Jahr
<b>Christiane Reppe</b> , Jg. 87 <sup>5</sup> _____ 1. Jahr	<b>Martin Frenzel</b> , 10. Klasse <sup>4</sup> _____ 6. Jahr
	<b>Christian Otto</b> , 10. Klasse <sup>4</sup> _____ 6. Jahr
	<b>Phil Goldberg</b> , Jg. 87 <sup>5</sup> _____ 1. Jahr
	<b>Marian Bobe</b> , 11. Klasse <sup>4</sup> _____ 7. Jahr

<sup>1</sup> Trainingsgruppe: Andrea Walter / Anja Queißer

<sup>2</sup> Trainingsgruppe: Kathrin Böchner

<sup>3</sup> Trainingsgruppe: Anja Leinitz / Antje Fiedler

<sup>4</sup> Trainingsgruppe: Landesstützpunkt

<sup>5</sup> Trainingsgruppe: Jens Gründel / Claudia Pfützner

<sup>6</sup> Trainingsgruppe: Kathrin Kroß

<sup>7</sup> Trainingsgruppe: Gudrun Wagner



## Welcher Teil des Trainings ist die größte Herausforderung?

Die letzte Strecke einer harten Serie? Die Sprints? Oder der obligatorische Delfin-Set?  
Weit gefehlt!!!

Die wahre Herausforderung ist der Akt – oder die Kunst – ins Becken zu gelangen.  
Wie oft hast Du am Bassinrand gestanden, und nach Gründen gesucht, um den Gang ins Wasser zu verzögern. Irgendetwas im Hinterkopf sagte Dir, dass, wenn Du nur noch ein bisschen länger wartest, das Wasser vielleicht etwas wärmer wird. Aber irgendwann kommt der magische Moment, wenn der oder die Schwimmer/in sich dem Schicksal unterwerfend, aufgibt.  
Keine zwei SchwimmerInnen tun dies auf die gleiche Weise:

### *Die Zehentester:*

Sie prüfen die Wassertemperatur mit der Zehe – und betrügen sich selber, weil die kalten Gliedmassen wärmeres Wasser vortäuschen. Manche brauchen noch einen zweiten Test: Sie prüfen die Temperatur mit den Fingern, was aus besagten Gründen genauso ungenau ist.

### *Die Brillentändler:*

Sind die Brillen wirklich so kompliziert? Man muss das Gummiband anziehen oder lösen, der Steg sitzt nicht genau, die Gläser beschlagen sich. Nahe verwandt mit den Brillentändlern sind die Badekappentändler, man trifft sie vor allem bei den langhaarigen Frauen an. Bis die Kappen mal endlich sitzen! Die Männer können inzwischen den bereits zweimal gebundenen Badehosenbündel nochmals prüfen, nur um auf Nummer sicher zu gehen. Fast ausgestorben sind die mit dem gerissenen Bündel, den Materialwissenschaften sei Dank!

### *Die versäumenden Redner:*

Hast Du Sorgen? Der beste Moment, um Deine Sorgen los zu werden ist vor dem Training.  
Dein Teamkollege oder –kollegin wird Dir dankbar sein.

### *Die Stretcher:*

Das ist wenigstens eine konstruktive Variante! Wie kann sich der Trainer nur aufregen über Jemanden, der so fleißig die Beweglichkeit verbessert?

### *Die Langsameinsteiger:*

Zentimeter um Zentimeter gleiten sie ins Wasser, das dauert so eine Minute. Und was sie dabei vergessen: Das langsame Hineingleiten vergeudet nur Kräfte.

### *Bestimmt und gewagt:*

Das Gegenteil der Langsameinsteiger sind die, die zuerst im Wasser sein wollen und damit Zeigen, dass sie nichts schreckt. Sehr oft praktizieren sie den Rennstart und tarzanhaftes Geschrei.

### *Die Hüpfer:*

Ganz gleich mit welcher Art sie ins Wasser gelangt sind, die Hüpfer müssen erst mal auf dem Beckenboden einige Male hopsen und in die Höhe schießen. Je kälter das Wasser, desto öfter hopsen sie.  
Das Positive daran ist, dass sie die Sprungkraft verbessern.

### *Die Nonchalanten:*

Vereinzelt sind auch die relativ seltenen Typen, die gekommen sind um zu schwimmen und nicht um irgendwelche Rituale zu zelebrieren. Sie gehen zum Pool, setzen Brille und Badekappe auf und beginnen das Training ohne zu zögern mit einem regulären Startsprung.

### *Zum Trost für alle:*

Der Pool der Zukunft wird zu Beginn des Trainings 32 Grad aufweisen und sich dann pro 100 m zurückgelegte Strecke um 1 Grad abkühlen. Nach dem „Aufwärmen“ wird er die normale Temperatur von 26 - 27 Grad erreicht haben... *schön wär's!!!*

Gefunden von Claudia Pfützner