

Wettkampftrainingstag am 26.03.2022 in Mengersberg



In einer Zeit ohne Vereinsmeisterschaften und Bambini-Wettkämpfe, ohne Bezirks- oder gar Hessenmeisterschaften organisierte die DLRG-Ortsgruppe Neustadt zum Abschluss der Wintersaison einen Trainingstag, zu dem auch die Ortsgruppe Jesberg eingeladen war. So trafen wir uns am Samstag früh um 8:45 Uhr mit sechs hochmotivierten Teilnehmenden und zwei Betreuerinnen vor dem Rotkäppchenbad in Mengersberg.

Nachdem wir in den letzten zwei Jahren mit Corona bedingt eingeschränkten Trainingsmöglichkeiten die Schwerpunkte auf die Anfängerschwimmausbildung und das Rettungsschwimmen gelegt hatten, war das Wettkampfschwimmen ausgesetzt. Vor diesem

Hintergrund bot der Trainingstag eine gute Gelegenheit für die Jüngeren, in den spannenden Sport hineinzuschnuppern, und für die Fortgeschrittenen neue Techniken von erfahrenen Wettkampftrainern zu erlernen.

Unter der Leitung von Peter Todtenbier und Sven Haude wurden die Teilnehmenden nach Alter und Leistungsstand in Gruppen eingeteilt und durch drei Trainingseinheiten von je ein bis eineinhalb Stunden geführt. Dazwischen gab es natürlich ausreichend Erholungspausen mit gemeinsamen Frühstück und Mittagessen und netten Gesprächen.



Arbeiten mit dem Gurtretter



Auf dem umfangreichen Programm standen im Sinne einer Vorbereitung für künftige Wettkämpfe u.a. der Startsprung, die Rollwende, das Schwimmen mit Flossen, das Hindernisschwimmen und für die Fortgeschrittenen die Techniken zum Abschleppen einer Puppe mit und ohne Gurtretter.



Nach einem anstrengenden, aber erfolgreichen Tag: Karl Gräbing, Lana Ludwig, Momo Hallwaß, Fritz Gräbing, Ronja Hallwaß und Zoe Ludwig mit Tanja Pfeil und Heidi Döbbeler.

Der Ortsgruppe Neustadt für die Organisation dieses bereichernden Trainingstages sowie der Stadt Neustadt, die uns das Bad zur Verfügung gestellt hat, ein herzliches Dankeschön! Wir hoffen nun auf eine schöne Freibadsaison in Jesberg. (HD)