

Trainingslager zahlt sich aus

Bad Salzuflen-Schötmar: In der zweiten Herbstferien-Woche fand im heimischen Hallenbad ein viertägiges Trainingslager statt. Es wurde von der vielfachen Titelträgerin und TG-Vereinschwimmerin Ulrike Urbaniak geleitet. Unterstützung erfuhr sie von Christel Ossenberg, Thorsten Längen und Claudia Lüdecke. Der Schwerpunkt lag auf der Verbesserung der Schwimmtechnik und der Ausdauer.

Am letzten Ferienwochenende konnten die trainierten Techniken gleich auf einem Wettkampf in Bünde umgesetzt werden. Dort schwammen Fynn Bollhöfer (1992) 50S in 37,38 Sek. (3.), 200F in 2:41,53 Sek. (1.), 100B in 1:37,47 Sek. (2.), 200L in 3:09,12 Sek. (4.). Annika Föste (1999) 50B 49,11 Sek. (2.), 200F 3:06,25 Sek. (1.), 100R1:39,86 (2.), 200L 3:29,42 (5.). Antonia Graw(1997) 50B 42,09 (1.), 200F 249,96 (1.), 100S 1:42,09 (2.), 200L 3:12,03 (6.). Fynn Lüdecke (2000) 50R 49,73 (1.), 200F 3:11,97 (1.), 100S 1:52,44 (1.), 200L 3:45,17 (1.). Marie Lüdecke (1997) 50F 34,13 (1.), 200B 3:30,64 (4.), 100R 1:34,75 (1.), 200L 3:10,14 (5.). Mika Rehling (1998) 50S 56,83 (1.), 200B 4:15,26 (2.), 100F 1:42,86 (2.), 200L 4:10,09 (2.). Antonia Viganò (1999) 50B 46,41 (1.), 200F 3:07,14 (2.), 100R 1:39,15 (1.), 200L 3:27,81 (4.). und Aytunc Ücüncü (1999) 50R 50,93 (3.), 200F 3:38,53 (3.), 100B 2:14,40 (1.).

Das ergab in der Statistik 20 persönliche Rekorde und zwei Saisonbestzeiten. Leider konnte Ulrike Urbaniak als hauptverantwortliche Trainerin die Sportler nicht begleiten, da sie an dem Wochenende selbst bei den NRW Kurzbahn-Meisterschaften der Masters in Oberhausen an den Start ging. Erwartungsgemäß erreichte sie bei ihren drei Strecken 50B 41,21, 200F 2:52,29 und über 100L eine 1:30,33 überall den Titel der NRW-Meisterin. Ein Wochenende später schwammen dieselben Schwimmer noch

einmal beim 23. Mindener Schwimmfest des Mühlenkreises. Verstärkt wurden sie dabei von Milena Beerens (1998) und Amelie Dräger (1999). Auch hier purzelten noch einmal 25 persönliche Bestzeiten und vier Saisonbestzeiten. Bei den Staffeln gab es wegen der großen und übermächtigen Konkurrenz nur Plätze unter »ferner liefen«, was aber auf Grund der einzelnen Ergebnisse zu verschmerzen war. Das Fazit des Trainingslagers war durchweg positiv, was für eine Neuauflage sprechen würde.



(hintere Reihe von links) Betreuer Dirk Lüdecke, Fynn Bollhöfer, (mittlere Reihe von links) Marie Lüdecke, Antonia Viganò, Annika Föste, (vordere Reihe von links) Mika Rehling, Aytunc Ücüncü, Fynn Lüdecke und Marie Föste.