

Trainingslager 2024 – Unter Wasser

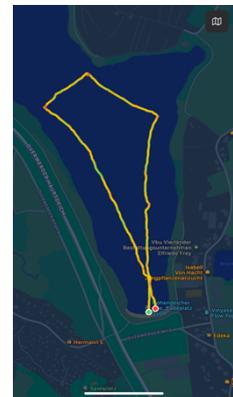


Das Trainingslager 2024 war für alle eine Premiere, denn wir führen das erste Mal gemeinsam mit dem HT16 nach Warwisch. Die Woche war aufgeteilt in ein kleines und ein großes Trainingslager und unsere „kleinen“ Schwimmer*Innen starteten am Sonntag mit der Trainingswoche. Wir blickten in viele aufgeregte Gesichter, denn gerade bei den Kleinen war das Schwimmen im See bei Vielen absolutes Neuland. Das haben alle aber mit Bravour gemeistert. Bei den Jüngeren stand neben dem Frühsport vor dem Frühstück, immer eine Schwimmeinheit pro Tag an und am Nachmittag gab es eine Gruppenaktivität. Besonders stolz sind wir darauf, dass es dieses Jahr so viele Kinder geschafft haben, bis zur Boye zu

schwimmen. Basteln mit Tinka ist seit Jahren nicht mehr wegzudenken und ist feste Tradition im Trainingslager. Tinka lässt sich jedes Jahr etwas Neues einfallen, dieses Jahr konnten wir Armbänder, Schlüsselanhänger und Wurfballs basteln. Ein absolutes Highlight war auch die Nachtralley, bei der sich die Kinder im Dunkeln vielen verschiedenen Herausforderungen stellen mussten, sowie verschiedene Konstruktionschallenges gemeistert haben. Dieses Jahr ging es als Aktivität außerhalb unseres Vereinsgeländes zum Paddelmeier, bei denen wir in vierer bis achter Booten, mal mehr und mal weniger um die Wette paddelten. Auch hier waren viele Kinder mit besonderem Ehrgeiz dabei. Hier sei für unseren Jugendwart Fitz ein großes Lob ausgesprochen, der das Achterboot die Seeschlange mit wahnsinnigem Ehrgeiz und Enthusiasmus ins Ziel führte. Dass wir uns aus zwei verschiedenen Vereinen zusammensetzten, war gar nicht zu spüren, denn im Trainingslager funktionierten alle als Team.



Am Mittwoch stießen die älteren dazu. Der Tag begann mit einem Meet and Greet von Olympiaschwimmer Rafael Miroslaw, der den kleinen und großen Schwimmer*Innen alle Fragen beantwortete. Besonders hängen geblieben von Rafael ist Folgendes: „Das wichtigste am Schwimmen ist immer, dass Ihr den Spaß niemals verliert, denn nur wer viel Spaß hat, der kann auch richtig gut werden und über sich hinauswachsen.“ Zudem wäre es wichtig immer im Team zu funktionieren, denn obwohl Schwimmen ein Einzelsport ist, hat man immer seine Teamkameraden im



Am Mittwoch stießen die älteren dazu. Der Tag begann mit einem Meet and Greet von Olympiaschwimmer Rafael Miroslaw, der den kleinen und großen Schwimmer*Innen alle Fragen beantwortete. Besonders hängen geblieben von Rafael ist Folgendes: „Das wichtigste am Schwimmen ist immer, dass Ihr den Spaß niemals verliert, denn nur wer viel Spaß hat, der kann auch richtig gut werden und über sich hinauswachsen.“ Zudem wäre es wichtig immer im Team zu funktionieren, denn obwohl Schwimmen ein Einzelsport ist, hat man immer seine Teamkameraden im



Rücken. Das wir ein großartiges Team sind, haben AWW und HT16 in dieser Woche auf jeden Fall bewiesen. Weiter ging es mit der Überraschungseierstaffel, die Marie anlässlich Ihres 25. Geburtstages organisiert hatte. Die etwa 60 Schwimmer*Innen wurden in 10 Mannschaften eingeteilt, nun hieß es Hinschwimmen, Überraschungsei essen und aufbauen, und wieder zurückschwimmen.

Abends überraschte uns das Elbwasser erstmalig mit so hoher Flut, dass das



Vereinsgelände so stark überflutet war, wie sonst nur im Winter, wir konnten auf dem Spielplatz plantschen und auf dem Fußballfeld baden. Das kommt im Sommer sehr selten vor und war noch einmal ein krönender Abschluss für die erste Teilwoche. Auch im späteren Verlauf des Trainingslagers stand das Wasser noch einmal höher, sodass der Spielplatz und das Gelände komplett unter Wasser standen und wir uns nur noch mit SUPs fortbewegen konnten. Gerade deshalb wird das Trainingslager 2024 wohl immer in besonderer Erinnerung bleiben. Für die Großen stand neben Paddeln und Basteln, zweimal Training am Tag an, zusätzlich zum Frühsport. Dabei schafften es alle mindestens einmal durch den kompletten See hin und zurückzuschwimmen, was im Freiwasser einer Distanz von etwa 5km entspricht. Zudem wirken sich die Kälte des

Wassers und die Strömung durch Witterung noch verstärkend auf das Training aus, sodass diese Distanz bei Weitem nicht mit einem Hallentraining verglichen werden kann. Außerdem ein Highlight: der Turnierabend mit Mario Kart, Waterpong und Kicker. Hier dominierten Sebastian und Atilio das Feld, die zwei von drei Turnieren für sich entscheiden konnten. Nach einer langen Woche voller Training, Aktivitäten und Hochwasser, die uns als Vereine sehr zusammengeschweißt hat, traten auch die Trainer am Sonntag sehr erschöpft, aber glücklich den Heimweg an. Wir freuen uns das Band mit dem HT16 stärker geknüpft zu haben und blicken gespannt der neuen Saison entgegen.

FREI NASS

Marie