

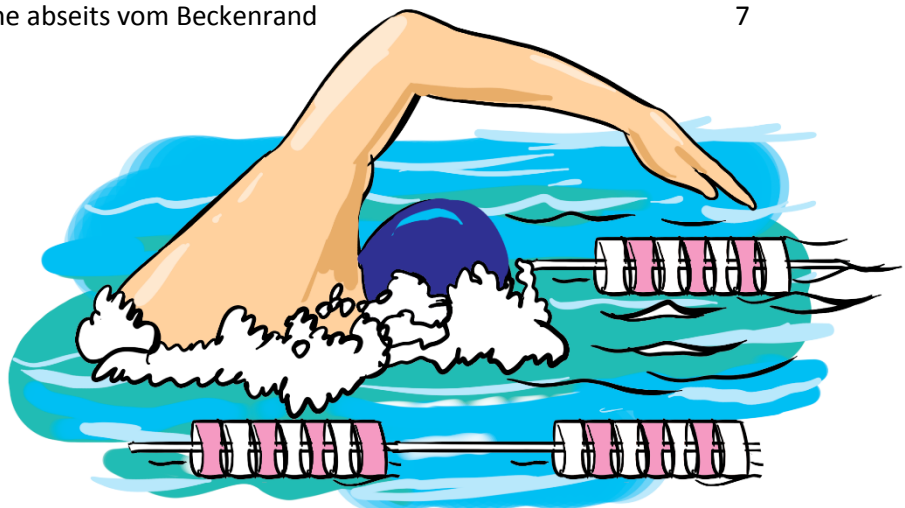


Schwimmhallen geflüster

Nr. 3

April 2019

Inhaltsverzeichnis	Seite
Was war los im Winter	2
Wettkampfausblick bis Juni 2019	3
Schwimm-Gut-Zertifikat	4
Wir stellen vor	5
Spender, Sponsor oder Förderer?	6
Veranstaltungen und Termine abseits vom Beckenrand	7



Was war los im letzten Vierteljahr – ein kurzer Rückblick

Noch gar nicht richtig getrocknet sind die Badesachen vom **Dresdner Frühjahrspreis** am letzten März-Wochenende. Trotz Mammutprogramm und Zeitumstellung wurden von unseren Sportlern viele Bestzeiten geschwommen und Medaillen gesammelt. Franziska Grammlich (JG 2005) sowie Johanna Behrend (JG 2000) schwammen über ihre Paradestrecken sogar in die Superfinals. Mit 674 Punkten und einer Zeit von 30,86 sec. über 50 m Rücken im Superfinale landete Johanna B. auf Platz 2 bei der punktbesten Leistung ihrer Wertungsklasse.

Masters erfolgreich aus Gera zurück – im März fischten unsere Mastersportler sehr erfolgreich in fremden Gewässern bei den "23. Internationalen Gera Masters" des VfL 1990 Gera e.V. Mit dabei waren Julius, Marcel und Simon (AK 20), David und Florian (AK 25), Robin und Phil (AK 30), Dietmar (AK 60), Roland (AK 65), Claus und Jost (AK 70). Alle haben ihr Bestes gegeben und holten insgesamt 16 x Platz 1, 10 x Platz 2 (inkl. 2 x in der Lagen- und Freistil-Staffel) und 6 x Platz 3. Besonders zu erwähnen ist die Leistung von Roland Freygang. Er fuhr mit dem festen Vorsatz nach Gera, den AK-Rekord über 200 m Schmetterling aus dem Jahr 2005 zu knacken. Am Ende fehlten Roland lediglich 0,85 Sek. zum neuen Deutschen Rekord in der AK 65, schade. Aber mit dieser hervorragenden Leistung gewann er mit stolzen 985 Punkten die Gesamtwertung der besten Einzelleistung bei dieser Veranstaltung.



Am zweiten März-Wochenende fanden die „**Tage der Talente**“ in Dresden statt, Ausrichter war der DSC.

Dabei war unser Verein mit 10 Talenten aus der AK 8 vertreten und diese haben sich echt toll angestrengt und mindestens auf einer Strecke eine neue Bestzeit erreicht. Mara Schröter hat ihre Zeit über 50 m Kraulbeine gleich um über 14 sek. verbessern können. Einige Sportler schwammen die ausgeschriebenen Strecken zum ersten Mal. Mit 1 x Gold, 4 x Silber und 1 x Bronze kann sich die Ausbeute auch sehen lassen.

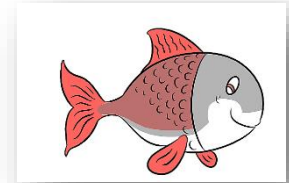
Unsere AK 9 war leider nicht ganz so stark vertreten, aber auch hier konnte jeder mindestens eine neue Bestzeit erreichen. Adele Bing verbesserte sich sogar auf allen 4 gemeldeten Strecken. Insgesamt konnten 4 Bronze-Medaillen eingesammelt werden.

Die Sportler unserer AK 10 waren am Wochenende am erfolgreichsten. Fast jeder erkämpfte sich mindestens eine Medaille und glänzte mit neuen Bestleistungen bei fast jedem seiner 3-7 Starts. Am erfolgreichsten war Katharina Grammlich mit 7 Starts und 6 mal Gold. Nur einmal musste sie sich mit 0,67 sek. über 100 m Brust geschlagen geben und stand „nur“ auf Platz 2.

Die größte Leistungssteigerung (fast 10 sek.) zeigte Ragmi Emini über 50 m Schmetterlingsbeine. Bei den „großen“ Talenten (AK 16 u. älter) musste Johanna noch nicht einmal eine neue Bestzeit schwimmen, um bei ihren beiden Starts jeweils die Goldmedaille zu gewinnen.



Unsere jüngsten Sportler hatten im Januar ihren ersten Wettkampf – das **Schwimmfest der Kleinen Fische**. Bei diesem Wettkampf dürfen auch die Eltern mit in die Schwimmhalle, was in Prohlis ja schon an eine Herausforderung grenzt. Den Eltern wird dabei ganz genau erklärt, wie so ein Wettkampf abläuft, was die verschiedenen Pfiffe beim Start bedeuten und auf was die Schwimmer auf den verschiedenen Strecken besonders zu achten haben. Es wurden schon viele gute Zeiten geschwommen, aber den Trainern wurde auch gezeigt, wo sie noch viel Arbeit reinstecken müssen.



Am dritten Adventswochenende gingen einige Sportler unseres Vereins auf Stollenjagd zum **Christstollen-Schwimmfest**. Auch hier wurden sehr viele neue Bestzeiten erreicht. Mit einem Stollen im Gepäck konnten sich Johanna Behrend (JG 2000) über 50 m Freistil und Katharina Grammlich (JG 2008) über 200 m Rücken in die Weihnachtsferien verabschieden.

Es gab noch einige andere Wettkämpfe, an denen unsere Sportler erfolgreich teilgenommen haben.

Was steht bis zu den Sommerferien an?

Die Masters messen ihre Kräfte bei den **Deutschen Meisterschaften der Masters „Lange Strecke“** – Anfang April - **und** über die „**Kurze Strecke**“ am langen Männertags-Wochenende.

Mitte April finden die **Bezirksmeisterschaften**, ausgerichtet von unserem Verein, statt. Hier werden wieder fleißige Helfer beim Auf- und Abbau sowie fleißige Bäcker gesucht.

Eine Auswahl unserer Sportler vertritt uns Ende Mai in Dänemark, zum **Esbjerg-Swimcup**, ein anderer Teil fährt zum Günther-Behnert-Schwimmfest nach Gaildorf.

In Dresden stehen dann noch die **Stadtjugendspiele, die Landesjugendspiele, die Talentiade, das Knirpsenschwimmfest** und **das Erich-Kästner-Schwimmfest** an.

Neu für die Jüngsten ist das **Schwimmfest der Kleinen Fische 2.0**.

Ende Januar fand für die jüngsten Sportler ihr erster Wettkampf auf der 25 m-Bahn in Prohlis statt. Damit sich die Trainer und Eltern ein Bild vom Trainingserfolg bis zum Saisonende machen können, haben wir für diese Sportler eine „Wiederholung“ des Schwimmfestes der Kleinen Fische ins Leben gerufen und hoffen, dass sich dieser Wettkampf für die Jüngsten am Saisonende etablieren wird.

Und wenn das alles geschafft ist, geht's in die wohl verdiente Sommerpause mit viel Spaß und Erholung.

Wir sind eine „Schwimm-Gut“-zertifizierte Schwimmschule



Im Februar 2019 erhielt die Abteilung Schwimmen im USV TU Dresden e.V. das Zertifikat „SchwimmGut“ – Zertifizierte Schwimmschule“.

Der Initiative SchwimmGut gehören inzwischen 9 Schwimm-Landesverbände an. Genau festgelegte Kriterien, deren Erfüllung eine hohe Qualität in der schwimmerischen Grundausbildung sichert, sind vom zertifizierten Verein zu erfüllen und werden aller zwei Jahre erneut überprüft. Die genauen Kriterien stehen auf der Seite www.schwimm-gut.de.

Als Auszeichnung gab es ein Zertifikat - welches neben der Bürotür unserer Geschäftsstelle hängt – ein Materialpaket mit Schwimmmudeln u. ä. im Wert von ca. 200 € und einen Bildungsgutschein in Höhe von 150 € für Aus- und Fortbildungen unserer Trainer und Helfer.

Die Schwimmausbildung erstreckt sich in unserem Verein über einen Zeitraum von zwei Jahren. Kinder im Alter von etwa 5 Jahren können in unseren 6 Anfängergruppen mit dem Schwimmenlernen beginnen. Dabei haben wir auch eine Gruppe, die Inklusion lebt und Kindern mit Handicap das Schwimmenlernen ermöglicht. In den Anfängergruppen machen sich die Kinder spielerisch mit dem Element Wasser vertraut. Im Vordergrund stehen die Wassergewöhnung und das Kennenlernen der Grundelemente Springen, Tauchen, Atmen, Schweben und Fortbewegen, ohne die eine moderne Schwimmausbildung undenkbar ist. Erst im Anschluss daran richtet sich der Fokus auf das Erlernen der Schwimmarten und beginnt dabei mit dem Rückenschwimmen. Nach einem Jahr ist bei den meisten Kindern das Lernziel Rückenschwimmen, Kraulbeinbewegung und Brustschwimmen erreicht. Im sich dann anschließenden zweiten Jahr werden in der AK 7 (1. Klasse) in derzeit 3 Gruppen die Techniken der 3 Schwimmarten verfeinert.

Für diese Gruppen stehen in den beiden ersten Schwimmjahren derzeit 14 ausgebildete Trainer und 12 Co-Trainer zur Verfügung.

Schwimmbegeisterte Kinder können weiterhin ihr Trainingspensum steigern (2. Klasse 2x, 3. Klasse 3x, 4. Klasse 4x) und sich so auf eine eventuelle Aufnahme an eine Sportschule vorbereiten oder in Wettkampfgruppen ein zweimaliges Training pro Woche beibehalten.

Für Kinder ohne Wettkampfbambitionen ist ab der 2. Klasse ein Breitensportliches Schwimmen - weiterführend bis ins Erwachsenenalter - möglich.

Leistungsorientiert kann im USV TU Dresden auch im Erwachsenenalter im Masterbereich geschwommen werden. Jährlich sichern sich unsere Masterschwimmer bei Deutschen und Internationalen Meisterschaften Titel. Für unsere Allerjüngsten bieten wir in zwei Gruppen Baby- und Kleinkinderschwimmen an, eine hervorragende Form, Kinder schon sehr zeitig eine Wassergewöhnung erleben zu lassen.



Wir stellen vor

An dieser Stelle möchten wir Euch verschiedenste Mitglieder vorstellen, nicht nur die Leistungstärksten, auch die Jüngsten oder Ältesten oder die Fleißigsten oder ...

Heute stellen wir euch Franziska Grammlich vor. Wir treffen sie an einem Donnerstagabend zwischen ihrer Wasser- und Athletikeinheit für ein kurzes Interview.



Eckdaten: - Jahrgang 2005
 - Schülerin der 7.Klasse am Sportgymnasium Dresden
 - Hauptstrecken: 50, 100, 200 m Rücken (Bestzeiten: 0:32,1 / 1:09,2 / 2:26,0)

1. Frage: Wie hat das mit Schwimmen und dir angefangen? Und wann hast du damit begonnen?

Franzi: Ich habe mein Seepferdchen bereits kurz nach meinem 4.Geburtstag in Freital bei einem Eltern-Kind-Schwimmkurs gemacht. Später mit 6 Jahren habe ich einen Rückenschwimmkurs gemacht und habe immer Kinder gesehen, die nach mir in die Schwimmbhalle kamen. Ein halbes Jahr lang habe ich meine Eltern genervt bis sie mich dann endlich im Verein angemeldet haben.

2. Frage: Wie oft trainierst du derzeit in der Woche am LSP Dresden?

Franzi: 7mal Wassertraining (jeweils 2 Stunden) und dazu noch 4mal Athletiktraining. Das reicht von Krafttraining, allgemeiner Kraft über Dehnungseinheit bis hin zu kleineren Spielstunden.

3. Frage: Wer ist dein Trainer?

Franzi: Dennis Drinkkuth

4. Frage: Was war deine längste Trainingseinheit bisher?

Franzi: 6,3 km

5. Frage: Was waren deine bisher größten Erfolge?

Franzi: Letzte Saison belegte ich in meinem ersten Jahrgangfinale bei den Deutschen Jahrgangmeisterschaften den 6.Platz. In dieser Saison konnte ich schon über eine meiner Nebenstrecken, den 400m Lagen, einen hervorragenden 7.Platz bei den Süddeutschen Meisterschaften „Lange Strecke“ erschwimmen.

6. Frage: Was sind deine Ziele für diese Saison?

Franzi: Ich möchte wieder in Berlin bei den Jahrgangmeisterschaften ins Finale. Egal über welche der 3 Rückenstrecken. Am liebsten über alle 3. Und sicherlich würde ich mich am Ende der Saison freuen, wenn ich wieder die vom Sächsischen Schwimm-Verband geforderten Normen des D-Kaders erfülle.

7. Frage: Nochmal zurück zu deinem Training und dem damit verbundenen Alltag. Wie sah dein heutiger Tag aus? Wie verlief der Tag bis heute Abend zum Training?

Franzi: 8:00 Uhr Schulbeginn, 7 Stunden Unterricht bis 14:50 Uhr, Fahrt vom Messegelände bis zur Schwimmbhalle Freiburger Straße, 15:15 Uhr bis 17:00 Uhr Wassertraining, 17:15 bis 18:00 Uhr Krafttraining. Dann nach Hause und noch Hausaufgaben machen.

8. Frage: Seit wann macht ihr denn Krafttraining an Geräten?

Franzi: Erst seit einer Woche. Das ist wieder was Neues und macht Spaß.

Danke; Franzi. Für deine Ziele diese Saison wünschen wir dir Alles Gute und vor allem keine gesundheitlich bedingten Ausfälle.

Interview führte Marian Bobe, Nachwuchskoordinator USV TU Dresden / Abt. Schwimmen



Spender, Sponsor oder Förderer?

Als größte Abteilung im USV TU Dresden e.V., welcher wiederum zu den größten Mehrspartenvereinen Sachsens zählt, sichern wir mit vielen ehrenamtlichen Trainern und Helfern das Training aller Aktiven Woche für Woche ab. Die gewaltigen Aufgaben unserer Abteilung zu stemmen, erfordert nicht nur viel Engagement und Herzblut der ehrenamtlichen Mitstreiter, sondern auch enorme finanzielle Mittel. So müssen Schwimmmaterialien, Pokale und Sachpreise für Wettkämpfe angeschafft, Trainingslager- und Wettkampffahrten und natürlich die Wasserflächen bei der Stadt finanziert werden. Auch die vielen ehrenamtlichen Trainer und Helfer bekommen eine kleine Aufwandsentschädigung.

Ziel unserer umfangreichen Kinder- und Jugendarbeit ist es, möglichst vielen Kindern ein sicheres und technisch sauberes Schwimmen zu erlernen. Für alle Kinder, die Freude am Schwimmen haben, gibt es nach dem Anfängerschwimmen weiterführende Angebote, vom Breitensport bis zum Leistungssport. Um unsere Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen erfolgreich und qualitativ hochwertig anbieten zu können, kann unsere Abteilung von Spendern und Sponsoren unterstützt werden.

Was zeichnet einen Spender aus?

Ein Spender kann die Höhe und den Zeitpunkt der Spende völlig frei festlegen, ohne jegliche Vertragsbindung. Eine Spende kann allgemein für den Verein – am besten explizit für die Abteilung Schwimmen – sein, oder auch zweckgebunden für bestimmte Veranstaltungen, Wettkämpfe, Trainingslager, Ausrüstungsgegenstände o.ä. oder eine Sachspende.

Unser „Club der 100“

Für unsere Abteilung haben wir vor einiger Zeit den „Club der 100“ ins Leben gerufen. Diesem Club kann jeder Spender beitreten, der uns mit einer Jahresspende von mindestens 100 € unterstützt. Die Mitgliedschaft läuft immer für ein Kalenderjahr und verlängert sich automatisch um ein weiteres Kalenderjahr, sofern nicht vier Wochen vor Jahresende gekündigt wird. Nicht jeder Spender, der 100 € oder mehr spendet, muss dem „Club der 100“ beitreten, die Mitgliedschaft ist absolut freiwillig.

Und der Unterschied zum Sponsor?

Beim Sponsoring gehen wir mit dem Partner ein Vertragsverhältnis ein. Der Sponsor kann uns allgemein finanziell unterstützen oder bei bestimmten Veranstaltungen (z. B. WTC-Pokal). Die Unterstützung kann auch in Form von Preisnachlässen erfolgen, wie z. B. bei den Badekappen. Als „Gegenleistung“ unsererseits steht der Name des Sponsors z.B. auf den Badekappen/Trainings Sachen oder bei einer Veranstaltung wird für den Sponsor z. B. mittels Werbevideos geworben.

Jeder Sponsor, der uns unterstützt, bekommt von uns folgende Leistungen angeboten:

- Ihr Name / Logo auf Ausschreibungen und Protokollen unserer Wettkämpfe
(wird von allen interessierten u. teilnehmenden Vereinen und deren Mitgliedern gelesen)
- Ihr Name / Logo (auch mit Verlinkung) auf unserer Homepage

Jeder Spender, der uns unterstützt, bekommt von uns eine Spendenquittung ausgestellt und wird auf unserer Homepage in alphabetischer Reihenfolge erwähnt.

Sollten wir vielleicht auch Ihr Interesse geweckt haben, unseren Verein – explizit unsere Abteilung Schwimmen – zu unterstützen, kontaktieren Sie uns bitte über unsere Geschäftsstelle.

An dieser Stelle möchten wir uns bei allen bisherigen Unterstützern unseres Vereins bedanken.

Termine und Veranstaltungen abseits vom Beckenrand

Frühjahrsputz in Cossebaude - wer Zeit hat, kommt **am 02.05.** in der Zeit **von 15 – 18 Uhr** nach Cossebaude ins Stauseebad zum Unkraut zupfen und verschiedensten Aufräumarbeiten.

Anbaden im Stauseebad Cossebaude – wem es am **04.05.2019 ab 14:00 Uhr** nicht zu kalt ist, der kommt zum Anbaden. Jeder bringt etwas Kaffee und Kuchen oder andere Leckereien mit, so kann es nur ein schöner Nachmittag werden.

Spreewaldwochenende – als „Dankeschön“ für die geleistete Arbeit im ablaufenden Trainingsjahr gibt es wieder für alle Trainer und deren Helfer einen Wochenendausflug **vom 21. – 23.06.2019** in den Spreewald mit einer Paddeltour, Lagerfeuer und viel Spaß. Bitte denkt an die Eintragung in die Doodle-Liste, deren Link und weitere Infos per Mail an alle Trainer und Helfer von Ulrike Zocher geschickt wurde.

Ehrung der Dresdner Sportjugend

Leider etwas verspätet, aber diese Woche noch kann für Franziska Gramlich (JG 2005) in der Kategorie „Jugendsportlerin 2019“ für den Publikumspreis abgestimmt werden.

- vom 01.04. bis 07.04. für die Jugendsportlerin ([hier geht's zur Abstimmung](#))

Ein ausführlicher Bericht steht auf [unserer Homepage unter „Aktuelles“](#)

Das soll's dann erstmal für das dritte „Schwimmballengeflüster“ gewesen sein. Über Anregungen, Zuarbeiten und konstruktive Kritiken würden wir uns sehr freuen, zu richten bitte an:
oeffentlichkeitsarbeit@schwimmen-dresden.de.

Das nächste „Schwimmballengeflüster“ ist für Juni 2019 geplant.

Die Abteilungsleitung wünscht
allen ein Frohes Ostern
und einen fleißigen Osterhasen

