

Schwimmaustausch mit BW Bochum

Beigesteuert von Christopher Lissek
Samstag, 22. Oktober 2016

Nach dem ersten erfolgreichen gemeinsamen Training der Nachwuchsmannschaften von Blau-Weiss Bochum und der SG SSF Marl-Hüls in den Sommerferien war schnell klar, dass eine baldige Fortsetzung der neuen Freundschaft erfolgen sollte. Und bereits in den Herbstferien fand ein erneutes Aufeinandertreffen statt. Ein zweitägiges Trainingslager mit Übernachtung sollte den Kindern Motivation und Abwechslung bieten. Zwölf Bochumer und 13 Marler Schwimmer begannen das Trainingscamp am Donnerstag mit Kennlernspielen und einer Theorieeinheit vor dem Beamer.

Mit Motivationsvideos der Profis und lustigen Clips versuchten die Trainer Kathrin Strube, Horst Weinholz und Christopher Lissek die Kinder auf die bevorstehenden zwei Tage einzustimmen. Nach einer dreistündigen Athletik- und Schwimmereinheit freuten sich die Kids auf Pizza und mitgebrachte Leckereien. Zur Übernachtung ging es dann in die Familien der Marler Schwimmer.

Am nächsten Morgen baten die Trainer um 10 Uhr zur ersten Einheit. Nach einem zweistündigen Wassertraining konnten sich die Kids mit Hot-Dogs stärken und auf dem Fußballplatz austoben, ehe es zum Sport in die Turnhalle ging. Das einstündige Athletiktraining, bestehend aus Parcours-Läufen, Gruppenspielen und Athletik-Übungen sorgte für noch bessere Laune unter den Kindern und Trainern. „Wir sind begeistert, wie schnell sich die Kinder gefunden und angefreundet haben.“, so Trainerin Kathrin Strube.

Das letzte gemeinsame Training im Wasser diente dem Team-Building und Spaß. Neben vielen Staffeln und Übungen wie der Delphin-Kette, bei der alle Kinder nebeneinander im Arm in Delphin-Bewegung durch das Becken schwimmen, durften sich die Kinder austoben, springen und spielen.

Die Freude und Begeisterung machte das kurze Trainingslager zu einem vollen Erfolg und schon jetzt laufen die Planungen für das nächste Wiedersehen.