

Göttingen Nachwuchsstützpunkt der Schwimmer

Viertes Leistungszentrum im Landesverband / Klaus Pense von Waspo 08 übernimmt Leitung

Der Landesschwimmverband Niedersachsen hat Göttingen zum Nachwuchsstützpunkt ernannt. Damit ist die Leinestadt neben Hannover, Oldenburg und Braunschweig der vierte Ort, an dem ein solcher Stützpunkt eingerichtet wird.

VON HAUKE RUDOLPH

Göttingen. Stützpunktleiter und federführend bei der Organisation ist Klaus Pense von Waspo 08, als Trainerinnen fungieren Anna-Christine Schmidt (Göttingen) sowie Carmen Braun (Northeim). Die beiden coachen neun Jungen und Mädchen im Alter zwischen zehn und 16 Jahren, die entweder einen vorderen Platz bei den Landesmeisterschaften belegt haben oder eine bestimmte Zeit (Kadernorm) geschwommen sind. Die Älteren trainieren fünf- bis sechsmal in der Woche zwischen 13 und 15 Stunden, die Jüngeren drei- bis viermal in der Woche zwischen acht und zehn Stunden. Trainingsort ist das Badeparadies Eiswiese; den jungen Talenten stehen fünf Bahnen zur Verfügung, die ausschließlich Vereinen und Schulen vorbehalten sind.

„Ziel des Landesschwimmverbandes ist es, in den Stützpunkten talentierte Athleten darauf vorzubereiten, bei internationalen Topereignissen zu starten“, erläutert Schmidt. Dafür müssen die jungen Sportler einiges tun: Kondi-

tion, Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft und Technik sind unabdingbar, will man als Schwimmer Erfolg haben. Trainiert wird nicht nur im Wasser, sondern auch an Land beim sogenannten Trockentraining, zu dem Laufen, Gymnastik, Ballspiele sowie (bei den Älteren) Krafttraining an Geräten gehören. Geschwommen wird aber nicht nur, um vordere Plätze zu erreichen und Preise zu sammeln. „Die Erfolgserlebnisse, die ein Kind beim Schwimmen hat, sind sehr positiv für seine allgemeine Entwicklung“, sagt Braun.

Mit Feuereifer bei der Sache

Dass die Schwimmförderung in Deutschland anderen Prinzipien folgt als beispielsweise in China oder einigen osteuropäischen Staaten, ist klar. „Natürlich wird bei uns nicht so hart trainiert wie dort“, macht Schmidt, die gerade ihre Doktorarbeit in Sportwissenschaften über Kraultechniktraining schreibt, unmissverständlich deutlich. „Die in solchen Ländern angewandten Methoden sind vollkommen anders als die unsrigen. Was wir versuchen, ist, innerhalb der Grenzen unseres Sport- und Gesellschaftssystems unsere Aktiven optimal zu fördern.“

Dass die mit Feuereifer bei der Sache sind, steht außer Frage. Mit Begeisterung springen die jungen Sportler ins Wasser. Rücken, Freistil, Brust und Schmetterling – sämtliche Stile werden trai-



Optimale Förderung: Marcel Jerzyk, Rico Paul, Melina Bergmann, Sebastian Kamlot, Saskia Wellmann und Philip Krumbach (v.l.) trainieren am Landesstützpunkt.

niert. Schließlich gibt es mit Michael Phelps ein großes Vorbild, wie zum Beispiel Sebastian Kamlot (11) und Rico Paul (10) überschwänglich berichten: „Eines Tages wollen wir besser sein als er.“ Für solch große Ziele ist man dann auch schon mal bereit, Dinge zu tun, die eigentlich nicht so

viel Spaß machen: „Um Kondition aufzubauen, schwimme ich auch die 1000 Meter, obwohl mir die Strecke eigentlich zu lang ist“, gesteht Melina Bergmann (11). Und wie steht es mit der Schule? „Schwimmen ist besser“, verdeutlicht Philip Krumbach (10), während Saskia Well-

mann (13) darauf hinweist, dass sie „ohne das Schwimmen schlechter pauken kann, weil man im Wasser Disziplin lernt“. Und Marcel Jerzyk (16) hat sogar festgestellt, „dass ich schlechtere Zensuren schreibe, wenn ich schwach geschwommen bin, und bessere, wenn ich erfolgreich war“.