

# Emma Gramse und Sarah Großpietsch schwimmen in TOP 10 bei NRW-Debüt



Beim Nordrhein-Westfälischen Schwimm-Mehrkampf 2025 am 17. und 18. Mai in Neuss gingen mit Emma Gramse und Sarah Großpietsch (beide Jahrgang 2013) zwei Schwimmerinnen der Wasserfreunde TuRa Bergkamen an den Start. Die beiden hatten sich im Vorfeld für diesen hochkarätigen Wettkampf qualifiziert.

Die Teilnahme bedeutete für beide Sportlerinnen das erste große Kräftemessen auf NRW-Ebene – mit starker Konkurrenz aus dem gesamten Bundesland, darunter Athletinnen von Landes- und Bundesstützpunkten. Trotz spürbarer Aufregung zeigten sich beide nervenstark und platzierten sich in den Top 10 ihres Jahrgangs.

Der Schwimm-Mehrkampf umfasst verschiedene Disziplinen: 200m Lagen, 400m Freistil, 25m Delfin-Beine in Bauch- und Rückenlage, 50m Beinbewegung sowie 100m und 200m in der

jeweiligen Hauptlage – bei Emma in „Brust“ und bei Sarah in „Rücken“.

Die Leistungen – darunter neue Bestzeiten oder die Bestätigung bisheriger Ergebnisse – entsprachen den positiven Eindrücken aus dem Training. Besonders, wo die Vorbereitung auf diese Meisterschaft unter erschwerten Bedingungen stattfand: Wegen der Badschließung in Bergkamen musste das Training ins Hallenbad Bönen verlegt werden, was jedoch ein kontinuierliches Training ermöglichte.

Trainerin Alina Gröppler zeigte sich sehr zufrieden. Mit diesem gelungenen Auftritt auf Landesebene bestätigen beide Schwimmerinnen ihre Entwicklung – ein großer Schritt in die richtige Richtung.