

# Max Simon wird Südwestfälischer Meister im Schwimm-Mehrkampf



Am 21. und 22.01.2023 starteten Max Simon (Jg. 2012), Mila Fee Krause (Jg. 2011), Lina Fließ (Jg. 2011) und Lia Schröder (Jg. 2012) bei den Südwestfälischen Meisterschaften im Schwimm-Mehrkampf und Lina Antonia Gruner (Jg. 2009) als auch Mika Tom Krause (Jg. 2011) bei den Südwestfälischen Meisterschaften der Lang- und Mittelstrecken.

Die vier Nachwuchsschwimmer\*innen konnten sich im Vorfeld über die 200m Lagen für den Mehrkampf qualifizieren. Denn nur die besten 20 dieser Strecke, je Geschlecht und der Jahrgänge 2011, 2012 und 2013 dürfen bei den Meisterschaften im Schwimm-Mehrkampf starten. Der Mehrkampf beinhaltet die Strecken 200m Lagen, 400m Freistil, 25m Delfin Beine in Bauch- und Rückenlage, 50m Beinbewegung, 100m sowie 200m in der im Vorfeld ausgewählten Lage Schmetterling, Rücken, Brust oder Kraul.

Max Simon konnte sich im Schwimm-Mehrkampf „Kraul“ der Jungen im Jahrgang 2012 deutlich gegen die Konkurrenz durchsetzen und gewann den Titel des Südwestfälischen Meisters mit 948 Punkten. Zudem startete Max noch über die 1500m Freistil und wurde in 24:48,24 Minuten fünfter.

Mila Fee Krause startete im Schmetterlingsmehrkampf und lieferte sich einen engen Kampf mit ihrer Konkurrentin und wurde in der Gesamtabrechnung zweite und Vize Südwestfälische Meisterin im Schwimm-Mehrkampf mit 1061 Punkten.

Lina Fließ die im stark besetzten Rückenmehrkampf startete, konnte sich über die 100m und 200m Rücken je auf Platz 3 positionieren wurde aber in der Endabrechnung mit 1335 Punkten fünfte.

Lia Schröder die noch zu Beginn des Wettkampfes sehr nervös war, lieferte einen guten Mehrkampf ab und belegte in einem ebenfalls stark besetzten Freistil-Mehrkampf mit 773 Punkten den 10. Platz.

Lina Antonia Gruner erreichte die Pflichtzeiten über die 400m und 800m Freistil und konnte so auf ihren ersten Südwestfälischen Meisterschaften an den Start gehen. Über 400m Freistil schlug sie in neuer Bestzeit in 5:43,90 Minuten an und wurde 5. Über die 800m Freistil stellte sie ebenfalls einen neuen persönlichen Rekord auf und wurde 6. in 11:38,47 Minuten.

Mika Tom Krause, der die Pflichtzeiten über die 400m und 1500m Freistil erreichte, zeigte vor allem über die 1500m Kampfgeist und holte alles aus sich raus. So schlug Mika in 24:95,91 Minuten an und wurde 6.

Die Trainer Christian Fließ und Thalia Simon waren mit den Ergebnissen grundsätzlich zufrieden. Die Wettbewerbe im Mehrkampf zeigten aber auch auf, an welchen Stellen gearbeitet werden muss. Hier sind klare Defizite in der Delphin-Beinbewegung unter Wasser zu erkennen aber auch die Konzentration und das Selbstvertrauen müssen gestärkt werden. Bis zum Saisonhöhepunkt den Südwestfälischen

Jahrgangsmeisterschaften im Mai ist genügend Zeit, um die Defizite in Stärke und Vorteile zu verwandeln und die vorhandenen Stärken auszubauen.