

Max Simon von den TuRa-Wasserfreunden gewinnt Silber bei den Ruhr Games



Max Simon

Nach den Bezirksmeisterschaften und dem Salinenschwimmfest in Werne stand für die Wasserfreunde TuRa Bergkamen und somit auch für Max Simon (*2012) eigentlich nur noch der 30. Lippepokal in Lünen und so auch der Saisonabschluss auf dem Plan. Am 09.06.2023 erreichte dann den Trainer Christian Fließ die Nachricht, dass er durch den Schwimmverband Südwestfalen für die am 10.06.2023 stattfindenden Ruhr Games in Duisburg nominiert wurde. Kurzerhand setzte sich Christian mit der zuständigen Ansprechpartnerin in Verbindung, um weitere Informationen zu bekommen und sicherte eine Teilnahme von Max zu. Die Nominierung erreichte die Wasserfreunde leider erst so spät, weil beim Schwimmverband die aktuellen Kontaktdaten noch nicht eingepflegt waren.

Am 10.06.2023 machte Max sich dann zusammen mit seinem Vater auf den Weg nach Duisburg. Christian konnte Max leider wieder auf Grund von Prüfungsvorbereitungen nicht begleiten, fieberte aber von zu Hause mit und kommunizierte mit Max über das

Smartphone und stimmte Max auf seinen Start ein. Denn Max erfuhr erst zur Mittagszeit das er nicht wie von ihm und Christian angenommen 50m Freistil schwimmt, sondern 50m Rücken schwimmen sollte, welche ebenfalls eine seiner stärksten Strecken ist. Leider musste Max noch bis zum Nachmittag warten, um zeigen zu können, was er kann. Nach einem langen Tag des Wartens, vielen neuen Eindrücken und „ups and downs“, ging es dann für Max endlich an den Start und zeigte mit allem, was in ihm steckte zu was er im Stande ist. So verbesserte er seine erst eine Woche alte Bestzeit von 40,98 Sekunden um über eine Sekunde auf fabelhafte 39,87 Sekunden und schlug als zweiter der sieben gegeneinander antretenden Schwimmbezirke des Schwimmverbandes NRW an! Christian der zu Hause gespannt auf die Nachrichten wartete konnte es selbst kaum glauben, wie sich sein junger Schützling auf einer so großen Bühne präsentierte und ist sehr stolz auf Max. Max freute sich ebenfalls riesig über die Zeit und vor allem über die Silbermedaille mit Urkunde, die ihn immer an diesen tollen und recht spontanen Ruhr Games erinnern wird.

**Wasserfreunde TuRa Bergkamen
gewannen 52 Medaillen beim
Internationalen
Salinenschwimmfest 2.0 im
Werner Freibad**



Am 03. und 04.06.2023 startete das Internationale Salinenschwimmfest 2.0 im Werner Freibad. Bei strahlendem Sonnenschein gingen an diesem Wochenende 23 Schwimmerinnen und Schwimmer der 1. und 2. Wettkampfmansschaft der Wasserfreunde TuRa Bergkamen voller Motivation an den Start.

Die Wasserfreunde TuRa Bergkamen erreichten von 14 Mannschaften einen guten 5. Platz in der Gesamtwertung und blicken auf ein sehr erfolgreiches Wochenende zurück. Die Schwimmerinnen und Schwimmer gewannen insgesamt 52 Medaillen (21 x Gold, 13 x Silber, 18 x Bronze) und erreichten bei 108 Einzelstarts 67 persönliche Bestzeiten.



Max Simon und Lina Fließ.

Lina Fließ (Jahrgang 2011) und Max Simon (Jahrgang 2012) gewannen mit großem Abstand zu den jeweils zweitplatzierten den Mehrkampfpokal. Lina erreichte insgesamt 1584 Punkte und Max 1004 Punkte. Max erschwamm sich vier starke persönliche Bestzeiten, ebenso wie Lina. Sie konnte zeigen, wie vielseitig sie ist. Damit siegte Lina dreimal und holte sich dreimal den zweiten Platz. Max gewann viermal den ersten und einmal den zweiten Platz.

Haarscharf verfehlte Smilla Panberg (Jahrgang 2010) den Mehrkampfsieg ihres Jahrgangs. Mit sechs Starts und sechs persönlichen Bestzeiten lieferte sie einen hervorragenden Wettkampf. Sie vergoldete ihre Leistungen gleich fünfmal und gewann eine Silbermedaille.

Mit tollen neuen Bestzeiten beeindruckten Jan Luca Goly (Jahrgang 2010) und Emma Gramse (Jahrgang 2013). Beide haben bei sechs Starts ausschließlich persönliche Bestleistungen gezeigt. Jan Luca gewann damit 2 Silber- und zwei Bronzemedailles und Emma siegte auf ihrer Hauptlage über 50 und 100 m Brust. Auch Ben Luca Spiekermann (Jahrgang 2013) erschwamm sich bei sechs Starts sechs persönliche Bestzeiten und holte sich jeweils eine Bronze-, eine Silber- und eine Goldmedaille.

Finja Marie Possovard (Jahrgang 2011) gewann eine Silber- und eine Bronzemedaille. Finja bestätigte ihre guten Leistungen und blieb im Bereich ihrer Bestzeiten. Fünf neue persönliche Bestzeiten und zwei dritte Plätze belegte Laura Sophie Ebel (Jahrgang 2008).

Elias- Noel Kaminski (Jahrgang 2009) gewann zweimal den ersten, einmal den zweiten und zweimal den dritten Platz. Je eine Silber- und eine Bronzemedaille sicherte sich Laura Cieschowitz (Jahrgang 2008).

Mika Tom Krause (Jahrgang 2011) schwamm auf den zweiten Platz über 200 m Freistil und holte eine persönliche Bestzeit. Seine Zwillingschwester Mila Fee verbessert sich stetig und erschwamm sich an diesem Wochenende vier neue persönliche Bestzeiten sowie einen ersten, einen zweiten und drei dritte Plätze. Ihr älterer Bruder Noah Mo (Jahrgang 2008) erschwamm sich eine persönliche Bestzeit.

Phillip ten Venne (Jahrgang 2013) erreichte bei vier Starts drei persönliche Bestzeiten und gewann damit eine Gold- und eine Bronzemedaille.

Im Jahrgang 2015 siegte Letizia B. über 100 m Rücken und Leni Schröder, ebenfalls Jahrgang 2015, sicherte sich drei Bronzemedailen.

Karla Henriette Treese (Jahrgang 2013), die aufgereggt zum ersten Mal über 100 m Schmetterling startete, gewann diese prompt und belegte noch einen dritten Platz über 100 m Rücken.

Ebenfalls persönliche Bestzeiten schwammen Oleksandr Tsys (Jahrgang 2012), Elisa Yüksekogul (Jahrgang 2015) und ihre ältere Schwester Liva (Jahrgang 2012). Liva belegte außerdem Platz 3 über 100 m Rücken.

Die Schwestern Carlotta (Jahrgang 2015) und Henriette (Jahrgang 2013) Treinies erschwammen sich bei jedem ihrer Rennen persönliche Bestzeiten, genauso wie Leonard Lippert

(Jahrgang 2015).

Vor den 200 m Freistil sprang die Mannschaft mit den Schwimmer*innen , Elias- Noel Kaminski (Rücken), Lina Fließ (Brust), Noah Mo Krause (Schmetterling) und Laura Cieschowitz (Kraul) über die 4x 100 m Lagen ins Wasser. Hier belegten sie Platz 8.

Der Trainer Christian Fließ und Hanna Juds, die die zweite Mannschaft am Sonntag unterstützte, waren sehr zufrieden.

**Erfolgreiches Wochenende für
die Schützen des
Bogensportclubs Bergkamen e.
V.**



Die Mitglieder des BSC-Bergkamen blicken auf einen erfolgreichen Sonntag zurück. Am 28.05.2023 fand die Bezirksmeisterschaft Hellweg WA im Freien des Westfälischen Schützenbundes (WSB) in Dortmund statt. Bei viel Sonnenschein, etwas Wind und guter Laune, traten die Schützen des Bezirks Hellweg an, um sich miteinander zu messen.

Nachfolgend die einzelnen Platzierungen der Schützen des BSC-Bergkamen:

Recurve Master:

10. Platz Ralf Eggert

Compound Herren:

4. Platz Ali Riza Akin
5. Platz Rolf Pfingsmann

Compound Master:

3. Platz Thomas Kulsch

Compound Damen:

- 2. Platz Ina Tuschinski
- 3. Platz Laura Brucki

Mannschaftsergebnis Compound:

- 2. Platz: Akin, Kulsch, Tuschinski

Der Bogensport-Club-Bergkamen e.V. (BSC-Bergkamen) besteht seit dem 01.03.2011 und zählt heute rund 120 Mitglieder. Besonders engagiert sich der Verein in der Jugendarbeit und Inklusion.

Sollte das Interesse am Bogensport geweckt worden sein, findet ihr unter <https://www.bsc-bergkamen.de> die aktuellen Trainingszeiten.

330 Kindern aus fünf Oberadener Kitas nahmen am Mini-Sportabzeichen teil



Foto: Dagmar Schlüter

Im Zeitraum von April bis Mai nahmen im Bezirk Oberaden, 330 Kindern aus fünf Kindergärten unter der Anleitung der Prüfer/innen des SuS Oberaden, am Mini-Sportabzeichen teil.

Der Kindergarten „Tausendfüßler“ beendete am Mittwoch, den 03.05.2023, bei sonnigem Frühlingswetter, die Saison für das Mini-Sportabzeichen im Römerbergstadion.

Nachdem ca. 60 Kindergarten-Kinder im Alter ab drei Jahre bis sechs Jahre bei herrlichem Wetter ganz weit gesprungen, ganz schnell gelaufen, ganz weit geworfen und ganz lange gelaufen sind, wurden sie durch die Sportabzeichen-Prüfer/innen des SuS Oberaden mit einer Urkunde und einem Button geehrt.

Einzig die Kinder des J.K mussten ihr Minisportabzeichen wegen schlechtem Wetter an dem Ersatztermin ablegen.

Die Sportabzeichen-Prüfer/innen des SuS Oberaden hatten dabei genau so viel Spaß wie die Kinder und Erzieher/innen.

Sparkasse Bergkamen-Bönen fördert die Sportvereine in Bergkamen mit 36.500 Euro



Der Vereinssport dient vielen Kindern und Jugendlichen als Ausgleich zum Schulalltag und stellt dadurch eine wichtige soziale Komponente dar. Um die Vereine im Bereich der Jugendarbeit zu unterstützen, spendet die Sparkasse Bergkamen-Bönen gerne 36.500 Euro an die Stadtsportgemeinschaft Bergkamen e.V.. Wie die Zuschüsse verwendet werden, obliegt den Vereinen selbst, sei es z.B. für neue Materialien, Ausflüge oder Trainingslager. Dieser Betrag wird den Jugendabteilungen von derzeit 36 Vereinen und Abteilungen mit insgesamt 2.983 Jugendlichen zugutekommen. Damit gibt es einen Zuwachs von 202 Kindern und Jugendlichen seit dem letzten Jahr. Die größte Anzahl an Kindern und Jugendlichen werden

aktuell durch den SuS Oberaden (Abteilung Leichtathletik) und SUS Rünthe 08 betreut.

„Sport muss erlebbar sein und für alle Menschen zugänglich bleiben. Ob jung oder alt, Hobby- oder Leistungssportler, mit oder ohne Behinderung – Sport macht glücklich, selbstbewusster und verbindet. Anders als beim Leistungssport geht es beim Breitensport vor allem um den Spaß an der Bewegung und um die Förderung von Fitness und Gesundheit. Daher unterstützen wir gerne die Jugendabteilungen der heimischen Sportvereine als Sportförderer Nummer eins in der Region“, so Vorstandsvorsitzender Tobias Laaß

Den symbolischen Scheck überreichte der Vorstand der Sparkasse, Tobias Laaß und Jörg Jandzinsky, Heinz-Georg Wessels dem Vertreter der Stadtsportgemeinschaft sowie dem Geschäftsführer Heiko Rahn.

**Lisa Marie Ebel von den TuRa-
Wasserfreunden wird
Südwestfälische Meisterin
über 200m Schmetterling**



Am 20. und 21.05.2023 fanden die Südwestfälischen Jahrgangs- und offene Meisterschaften im Iserlohner Freibad statt. Für die Wasserfreunde TuRa Bergkamen unterboten 17 Schwimmer*innen die geforderten Pflichtzeiten von denen 15 am Jahreshöhepunkt teilnehmen konnten. Die Meisterschaften, die auch „Bezirksmeisterschaften“ genannt werden, sind vor allem für den Nachwuchsbereich ein sehr angestrebtes Ziel, weil diese Meisterschaften in den jüngeren Jahrgängen die höchsten Meisterschaften sind, bevor sie sich auf landes und nationaler Ebene qualifizieren und messen können. Aber auch für die älteren Jahrgänge und der offenen Klasse sind die Meisterschaften immer ein hoch angesehenes Ziel.

So konnte sich vor allem Lisa Marie Ebel (*2006) über ihre

Erfolge über die 200m und 100m Schmetterling freuen. Über ihre Lieblingsstrecke den 200m Schmetterling versprach das Meldeergebnis bereits, das sie ganz vorne mitschwimmen kann. Voll motiviert ging Lisa an den Start und lies auf den ersten 100m ihre Kontrahentinnen nicht alt zu weit wegziehen und blieb in Schlagdistanz, mit dem Wissen, das sie ihre Stärken auf den letzten 100m ausspielen kann. Dies tat sie auch und zog an allen Schwimmerinnen mit lauter Unterstützung ihrer Teamkameraden, vorbei und gewann deutlich als auch mit einem neuen persönlichen Rekord in 3:13,63 Minuten den Titel der Südwestfälischen Meisterin. Über die 100m Schmetterling gewann Lisa zudem den Vizemeistertitel ebenfalls mit neuer Bestzeit in 1:24,67 Minuten. Ein perfektes und erfolgreiches Wochenende für Lisa.

Lina Fließ (*2011) zeigte über die 50m, 100m und 200m Bruststrecken ihr Können und gewann jeweils mit persönlichen Rekorden über die 100m Brust in 1:35,25 Minuten und den 200m Brust, bei denen sie sich um 6 Sekunden verbesserte in 3:21,31 Minuten den Vizemeistertitel. Die 50m Strecken sind bei dieser Meisterschaft offen, sprich alle Jahrgänge werden zusammengewertet. Lina schaffte hier die für sie anspruchsvolle Pflichtzeit und stellte sich dem 50m Sprint. Hier konnte sie sich gegen ihre Jahrgangskontrahentin ebenfalls mit einer eindrucksvollen Bestzeit in 41,17 Sekunden durchsetzen und wurde in der offenen Wertung 28. von 43 Schwimmerinnen als jüngste Teilnehmerin. Über die 200m Lagen konnte Lina sich ebenfalls sehr deutlich steigern und verbesserte ihre Bestzeit auf 3:11,14 Minuten.

Max Simon (*2012) gewann über seine Paradestrecken den 100m und 200m Freistil jeweils die Bronzemedaille. Die 100m absolvierte er in 1:16,24 Minuten und bestätigte so seine Bestzeit und starke Form von letzter Woche. Über die 200m Freistil konnte Max sich nochmal deutlich verbessern und schlug in 2:46,85 Minuten an. Über die 100m und 200m Rücken verpasste er knapp das Podium und wurde 4.

Mila Fee Krause (*2011), die ebenfalls wie Lisa über die Schmetterlings-Strecken zu Hause ist, gewann in neuer Bestzeit über die 200m Strecke in 3:34,29 Minuten die Bronzemedaille. Über die 100m Schmetterling stellte sie in 1:35,61 Minuten und über 100m Freistil in 1:19,88 Minuten neue persönliche Bestzeiten auf.

Ihr Bruder Noah Mo Krause (*2008) gewann Bronze über 200m Rücken ebenfalls mit neuer Bestzeit in 2:54,24 Minuten und konnte sich auch über die 200m Freistil zu einem neuen persönlichen Rekord in 2:32,43 Minuten kämpfen.

Ben Luca Spiekermann (*2013) stellte eine neue Bestzeit über seinen Start den 100m Rücken auf, Elias-Noel Kaminski (*2009) schwamm über seine zwei Starts zu zwei Bestzeiten und Finja-Marie Possovard (*2011) erkämpfte sich ebenfalls zwei neue Bestzeiten. Jan Luca Goly (*2010) konnte sich über die 100m und 200m Brust mit Bestzeiten verbessern. Karla Henriette Treese (*2013) stellte tolle neue Bestzeiten über 100m Freistil und 100m Rücken auf und Laura Cieschowitz (*2008) über 100m Schmetterling als auch 200m Freistil. Lina Antonia Gruner (*2009) erschwamm sich vier neue Bestzeiten über 50m sowie 200m Freistil, 200m Rücken und 200m Lagen. Philipp ten Venne (*2013) konnte sich wie Ben über seinen Einzelstart den 100m Rücken verbessern und Sarah Großpietsch (*2013) stellte über die 100m als auch 200m Rücken zwei klasse persönliche Rekorde auf.

Ann-Kathrin Teeke (*2000) die mittlerweile beim Swim-Team TUS Hamm als Trainerin aktiv ist aber noch für die Wasserfreunde startet gewann in der offenen Klasse die Finals über 50m und 100m Rücken sowie 50m Schmetterling und wurde über 50m Freistil zweite.

Somit stellten alle Schwimmer*innen der Wasserfreunde TuRa Bergkamen über die unterschiedlichen Lagen und Strecken neue persönliche Rekorde auf und konnte sich mit den tollen Leistungen hervorragend platzieren. Die Trainer*innen der 1. Mannschaft (Christian Fließ, Thalia Simon, Philip Mück) und 2.

Mannschaft (Marco Steube, Jana Vonhoff, Maxi Weiß) waren mit den Leistungen ihrer Athleten sehr zufrieden und richteten ihre Glückwünsche an alle aus.

Max Simon auch beim NRW-Schwimm-Mehrkampf erfolgreich



Max Simon mit Christian Flüß.

Am 13. und 14.05.2023 startete Max Simon (* 2012), bei den Nordrhein-Westfälischen Meisterschaften im Schwimm-Mehrkampf am Landesleistungszentrum im Unibad Bochum.

Für Max startet der Kraul-Mehrkampf am Samstag mit den 200m Kraul, die er in 2:50,94 als 7. beendete. Die 400m Freistil, die von allen 40 Teilnehmern aller Mehrkämpfe geschwommen werden musste, schlug er in 6:07,07 Minuten als 22. von 40 an. Anschließend waren die 25m Delphin-Beinbewegungen in Bauch- und Rücklage zu absolvieren. Wichtig bei dieser Übung war, dass nicht mehr als 15m unter Wasser zurückgelegt werden

dürfen und die Hände die gesamte Zeit übereinander liegen, die Arme gestreckt (Streamlineposition) sind und die Hände nicht während der Atmung gelöst werden dürfen. Max durchbrach in beiden Disziplinen passend vor der 15m Markierung die Wasseroberfläche und legte die restlichen 10m wie gefordert zurück und konnte sich ebenfalls im Mittelfeld aller Teilnehmer platzieren.

Am Sonntag begann der Wettkampf mit der Lieblingsstrecke von Max, den 100m Kraul. Bis in die Haarspitzen motiviert ging Max an den Start und zeigte wofür er in den letzten Monaten und Wochen so hart gearbeitet hat. Max schlug mit einer super Bestzeit von 1:15,80 Minuten, nur 0,13 Sekunden hinter dem schnellsten Schwimmer als 2. an und zeigte eindrucksvoll seine Sprintfähigkeiten und sein Kampfgeist. Über die folgenden 50m Kraul-Beine konnte er sich als 5. platzieren und über die abschließenden 200m Lagen in neuer Bestzeit in 3:21,20 Minuten als 8.

Max konnte den NRW-Schwimm-Mehrkampf in der Lage „Kraul“ als 5. abschließen und freute sich sehr über diesen Erfolg. Es lässt sich leider nur schwer abschätzen, inwieweit eine bessere Platzierung möglich gewesen wäre, weil Max bereits mit Schulterproblemen trainiert. Der Schwerpunkt im Training wurde auf die Beinarbeit verlagert, um die Schulter zu entlasten und Max biss vor allem auf den längeren Strecken die Zähne zusammen.

Sein Trainer Christian Fließ ist sehr stolz auf die Leistungen und den Kampfgeist als auch die Trainingsdisziplin, die der 11-jährige an den Tag legt. Ein Dank geht auch an Kim-Sarah Possovard, sie hat am Sonntag die Betreuung von Max übernommen und ihn für seine Rennen motiviert und unterstützt. Christian musste sich auf eine bevorstehende Klausur vorbereiten die im Rahmen seines Studiums zum Sozialpädagogen am folgenden Dienstag in Berlin Anstand.

Schiedsrichter-Kameradschaft Kamen/Bergkamen zeichnet Jonas Brand aus

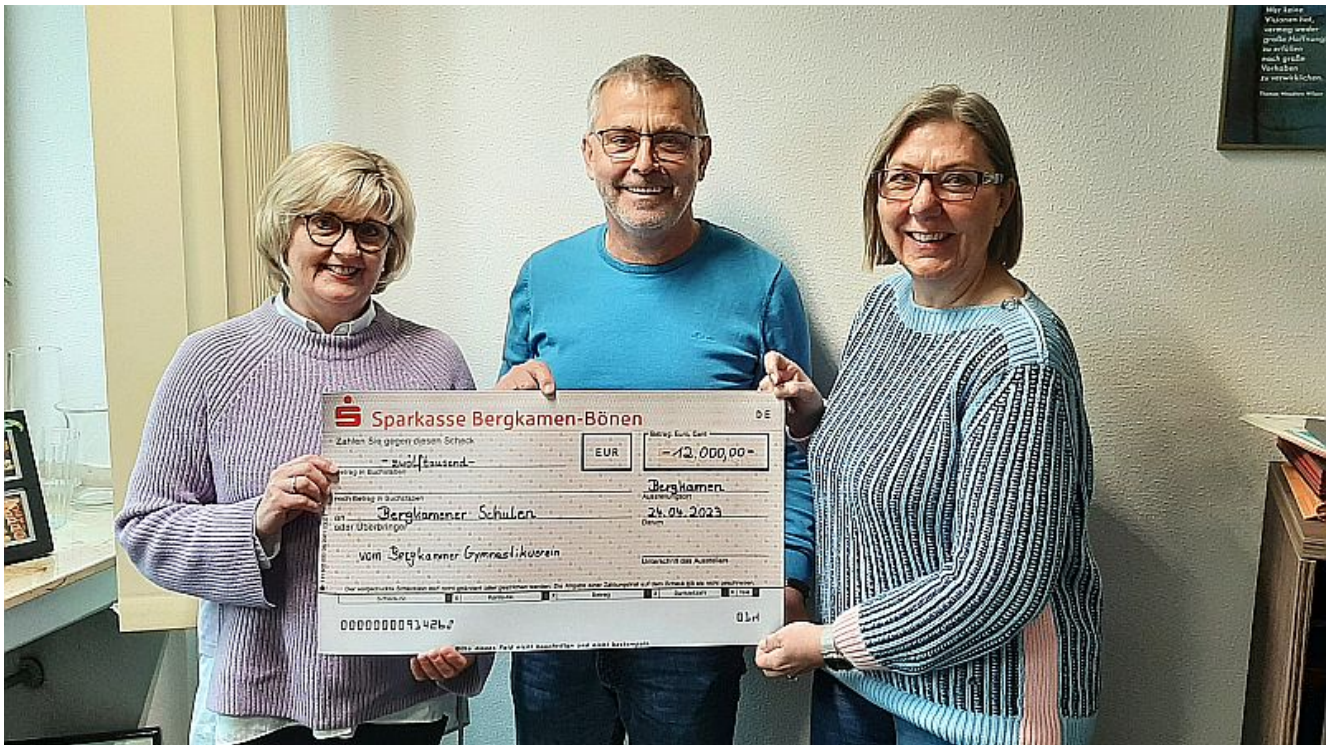


Foto: Schiedsrichterkameradschaft

Der letzte Schulungsabend der Schiedsrichterkameradschaft Kamen/Bergkamen wurde von Gruppenobmann Chris Nielinger dazu genutzt, dass der 15jährige Jonas Brand als Jungschiedsrichter des Jahres 2023 ausgezeichnet wurde. Der für den Kamener SC pfeifende Schiedsrichter hat bereits diverse Spielleitungen absolviert und kann auch den ersten Einsatz in der AJ für sich verzeichnen. Glückwünsche gab es vom Chef der heimischen

Schiedsrichter, Torsten Perschke (links) und Gruppenobmann Chris Nielinger (rechts).

Bergkamener Gymnastikverein hat sich aufgelöst: 12.000 Euro für Bergkamener Schulen



Von links nach rechts: Marion Schulz/Ehemalige Kassierererin, Christine Busch/Erste Beigeordnete der Stadt Bergkamen, Walter Kärger/Ehemaliger Geschäftsführer

Fast 40 Jahre war der Bergkamener Gymnastikverein, der in Spitzenzeiten bis zu 800 Mitglieder aufweisen konnte, ein fester Bestandteil der Bergkamener Sportszene und war als Breitensportverein fest etabliert. Der Hauptsitz des Vereins war die Turnhalle der früheren Burgschule in Oberaden, wo u.a. Kinderturnen, Fitnesskurse, Volleyball und Hobbyfußball

angeboten wurden. Die vielfältigen Aktivitäten führten dazu, dass man auch in den anderen Stadtteilen Sportangebote vorgehalten hat.

Im August 2021 beschlossen die Vereinsmitglieder in ihrer Jahreshauptversammlung das Ende des Traditionsvereins zum 31. Dezember 2021, weil sich kein handlungsfähiger Vorstand fand, der die Vereinsgeschichte weiterschreiben wollte.

Als Liquidatoren wurde die bisherigen Vorstandsmitglieder, Walter Kärger und Marion Schulz, bestimmt. Sie kümmerten sich in 2022 um die noch zu erledigenden Aufgaben.

Eine Aufgabe bestand darin, die finanziellen Restmittel gemäß Beschluss der Mitgliederversammlung zu verteilen. In Summe standen ca. 12.000,00 € zur Verfügung, die über die Stadt Bergkamen den Bergkamener Schulen zur Anschaffung von Sportmaterialien zur Verfügung gestellt worden sind. Dokumentiert wurde dies mit einem Besuch bei der Ersten Beigeordneten der Stadt Bergkamen, Christine Busch, die das Geld symbolisch in Empfang genommen hat.

Weiterhin wurden die bisherigen Trainingszeiten geregelt. Die Stadt Bergkamen gab die Zusage, dass die Zeiten bei den Gruppen bleiben und mit in ihre neuen Vereine genommen werden können. Besonders profitiert hat davon der SuS Oberaden, weil sich der überwiegende Anteil der Vereinsmitglieder dem SuS angeschlossen hat.

Schwimmerinnen **der**

Wasserfreunde auf Erfolgskurs beim AquaMagis-Cup 2023



Am 13.05.23 waren beide Mannschaften der Wasserfreunde TuRa Bergkamen in kleiner Besetzung zu Gast beim AquaMagis-Cup 2023 in Plettenberg. Nur sieben Schwimmerinnen gingen an den Start.

Mit neuen persönlichen Bestzeiten (PBZ) konnte sich Lina Flüb (*2011) über 50 m Brust und 50 m Rücken jeweils Platz 1 sichern. Außerdem gewann Sie über 50 m Schmetterling und 100 m Lagen die Silbermedaille. Lina Antonia Gruner (*2009) konnte sich über 50 m Rücken und 100 m Lagen die Silbermedaille und über 50 m Freistil, 50 m Schmetterling und mit einer neuen PBZ über 50 m Brust jeweils die Bronzemedaille erkämpfen. Außerdem gingen für die 1. Mannschaft der Wasserfreunde Laura Cieschowitz (*2008) und Finja-Marie Possovard (*2011) an den Start. Beide Schwimmerinnen verpassten zwei Mal mit Platz 4 nur knapp den Sprung aufs Treppchen, Finja konnte sich aber am Ende noch über eine gute neue PBZ in 100 m Lagen freuen.

Aus der jüngeren 2. Mannschaft zeigte sich an diesem Wochenende besonders Sarah Großpietsch (*2013) sehr erfolgreich, die bei jedem ihrer Starts eine persönliche Bestzeit erreichte und dafür mit 2x Gold (über 50 m Freistil und 100 m Lagen) und 2x Silber (über 50 m Rücken und 50 m Schmetterling) belohnt wurde. Auch Liva Yüksekogul (*2012) konnte sich bei 50 m Rücken über Platz 2 freuen, ihre Zeiten bei allen Starts um einige Sekunden verbessern und somit tolle neue PBZ erzielen. Auch sie verfehlte zwei Mal nur ganz knapp Platz 3. Die jüngste Teilnehmerin der Wasserfreunde, Leni Schröder (*2015), erschwamm sich über 50 m Rücken und 50 m Freistil den 2. Platz und gewann über 50 m Brust die Bronzemedaille.

Trotz der wenigen Schwimmerinnen erreichten die Wasserfreunde immerhin Platz 7 von 21 in der Gesamt-Mannschaftswertung. Unterstützt wurde das ausschließlich weibliche Team von den Trainern Jana Vonhoff und Maximilian Weiß, die am Ende des Tages sehr zufrieden mit den Leistungen ihrer Mannschaft waren.

5. Rünther Dorfmeisterschaften am 12. August diesmal auch mit „Walking Football“

Ab sofort sind Anmeldungen für die 5. Rünther Dorfmeisterschaften am 12. August. Diesmal können sich die Teams auch im „Walking Football“ antreten.

Walking Football wird NUR im Gehen gespielt. Laufen ist

verboten. Der Ball darf nur hüfthoch gespielt werden. Es ist „ohne“ Körperkontakt. Gespielt wird 6 gegen 6 auf 3×1 Meter Tore ohne Torwart.

Das Spielfeld ca. 20×40 m

Es ist auch geeignet für ältere Personen, Personen mit körperlichen Einschränkungen oder Personen, die eine Verletzung hatten, z.B. Kreuzbandriss, und deswegen den „normalen“ Fußball nicht mehr spielen können/wollen.

Trainiert wird montags 19:30 Uhr am Schacht 3, einfach mal schnuppern oder zum anschauen vorbei kommen. Dort trainiert die Walking Footballmannschaft des SuS Rünthe.

Erklärvideo Walking Football hier klicken

Weitere Fragen beantwortet gerne der Walking-Football-Trainer des SuS Rünther, Bernd Fischer, bernd.fischer@sus08.de oder 0177 / 7317616