

Walking Football-Team des SuS Rünthe belegt 4. Platz beim Turnier in Steinhagen



Siegerehrung in Steinhagen.

Das Walking Football-Team des SuS Rünthe nahm am vergangenen Wochenende an einem Turnier in Steinhagen teil. Dazu schickte uns Dennis Franke folgenden Bericht.

Am Samstag den 16.07.2022 machten wir uns auf den Weg um am Walking Football Turnier der „Steinhäger Urkönige“ teilzunehmen. Insgesamt waren zwölf Teams am vertreten. In zwei Gruppen wurde die Vorrunde ausgespielt.

Bei besten Fussballwetter starteten wir gegen die „Silberlöwen“ von Bayer Leverkusen ins Turnier. Durch zwei Tore von Heiko Ziebe und eins von Ralf Mürmann konnten wir die erste Partie mit 3:0 gewinnen. Im zweiten Spiel trafen wir auf das Team von Wannsee aus Berlin. Auch hier konnten wir uns recht deutlich mit 4:0 durchsetzen. Die Tore erzielten dreimal Thomas Hahn und einmal Ralf Mürmann.

Nun wurden die ersten Teams auf den Außenseiter aus Rünthe aufmerksam.

Im nächsten Spiel trafen wir auf Arminia Bielefeld. Es entwickelte sich ein spannendes Spiel und durch eine

Unaufmerksamkeit verloren wir knapp mit 0:1. Gegen Kirchlengern kamen wir zurück in die Erfolgsspur und gewannen mit 2:0. Die Tore erzielten Thomas Hahn und Heiko Ziebe.

Im letzten Vorrundenspiel ging es gegen Velen um den Einzug ins Halbfinale. Beide Mannschaften hatten Respekt und agierten sehr vorsichtig. Eine Unaufmerksamkeit konnten wir nutzen und konnten durch Thomas Hahn das 1:0 erzielen. Kurz vor Ende erzielte Velen den Ausgleich zum 1:1. Jedoch konnten wir aufgrund des besseren Torverhältnis ins Halbfinale einziehen. Im Halbfinale trafen wir auf Harsewinkel, die in ihrer Vorrundengruppe alle Spiele gewinnen konnten. Beide Teams standen taktisch gut und so entwickelte sich ein spannendes Spiel. Durch ein unglückliches Tor verloren wir leider. Im kleinen Finale um Platz 3 trafen wir auf den Gastgeber aus Steinhagen. Beide Teams mobilisierten die restlichen Kräfte. Nachdem Steinhagen das Führungstor erzielte, konnten wir durch Thomas Hahn ausgleichen.

So musste ein Strafstoßschießen die Entscheidung bringen. Von unseren drei Schützen konnte dann leider nur Thomas Hahn verwandeln, sodass wir mit 1:2 das Nachsehen hatten.

Am Ende eines langen Tages konnten wir mit dem 4. Platz und der super Teamleistung sehr zufrieden sein.

Wir hatten im Anschluss an der Siegerehrung noch viele gute Gespräche. Beispielsweise wurden wir für das nächste Jahr zum Turnier von Arminia Bielefeld eingeladen. Auch der Kontakt zu den Berlinern wurde hergestellt und wer weiß ob wir bald singen – „Berlin, Berlin wir WALKEN in Berlin!“

Am Turnier teilgenommen haben: Dietmar Wurst, Michael Poetsch, Frank Adam, Heiko Ziebe, Thomas Hahn, Ralf Mürmann, Thorsten Harhoff Bernd Fischer und „Maskottchen“ Carina

TuRa Schwimmer*innen erneut mit vielen Medaillen



Am 11.06.2022 fuhr eine kleinere Mannschaft zum Hochsauerlandwettkampf nach Meschede. Dort sprangen sie wieder ins Wasser um Bestzeiten und Medaillen zu jagen, was den TuRa Schwimmer*innen wieder erfolgreich geglückt ist. So erschwammen sich 10 Aktive 24 Medaillen.

Allen voran zeigte Max Simon (Jg. 2012) welche Früchte hartes Training trägt und zeigte über die Freistilstrecken seine Klasse. Über 400m Freistil schlug Max in 6:34,60 Minuten an und verbesserte sich um 5,33 Sekunden. Über seine Paradenstrecke die 100m Freistil stellte er ebenfalls eine neue Bestmarke in 1:24,87 Minuten auf und verbesserte seinen alten und noch sehr frischen Rekord um 1,97 Sekunden. Max wurde über all seine vier Starts mit der Goldmedaille geehrt.

Ebenso vier Goldmedaillen gewann Nevio Altemeier (Jg. 2011) mit einer neuen Bestzeit über 50m Schmetterling die er in 43,62 Sekunden absolvierte.

Elias-Noel Kaminski (Jg. 2009) steigerte seine Bestzeit auf 200m Freistil um 8,42 Sekunden auf 2:51,40 Minuten. Zudem gewann Elias 2x Gold, 2x Silber und 1x Bronze.

Noah Mo Krause (Jg. 2008) zeigte wie Max das er sich auf den Freistil Strecken sehr wohl fühlt, und stellte über 400m Freistil in 5:48,61 Minuten eine neue Bestzeit auf und wurde mit Platz eins belohnt. Über die 100m Freistil wurde er mit

ebenfalls mit einer neuen Bestzeit in 1:15,38 Minuten dritter und über die 200m Freistil wieder erster. Sein jüngerer Bruder Mika Tom Krause (Jg. 2011) verbesserte sich sehr stark über die 200m Freistil die er in 3:09,12 Minuten schwamm und stellte außerdem einen neuen Persönlichen Rekord über 50m Rücken in 45,80 Sekunden auf. Beide Bestzeiten wurde mit je 1x Silber belohnt. Seine Zwillingschwester Mila Fee Krause (Jg. 2011) erschwamm sich vier Bestzeiten. 50m Schmetterling schwamm sie in 44,88 Sekunden, 50m Brust in 50,18 Sekunden. Über die 200m Freistil zeigte Mila ihren Kampfgeist und wurde in einer super Zeit mit 3:03,30 Minuten mit der Bronzemedaille belohnt. Die 100m Brust schwamm sie in 1:49,95 Minuten.

Ihre Vereinskollegin Lina Fließ (Jg. 2011) fühlt sich aktuell auf den Bruststrecken sehr wohl, was die starken Bestzeiten belegen. Die Bestzeit auf 50m Brust von letzter Woche pulverisierte sie um nochmal 1,18 Sekunden und schlug in 44,75 Sekunden an und wurde erste. Über die 100m Brust konnte sie sich auch noch einmal steigern und schlug in 1:44,50 Minuten an. Dies wurde mit Rang drei belohnt. Den Medaillensatz komplettierte sie über die 50m Rücken, hier wurde sie zweite.

Lisa Marie Ebel (Jg. 20006) wurde in 6:22,40 Minuten ebenfalls in Bestzeit erste. Ihre jüngere Schwester Laura Sophie Ebel (Jg. 2008) bestätigte ihre Bestzeiten, an denen sie ganz knapp herankam.

Ihr Trainer Christian Fließ war mit den Leistungen seiner Schwimmer*innen sehr zufrieden. Der nächste Wettkampf wird im benachbarten Lünen im Freibad Cappenberg stattfinden. Dieser ist zugleich der Saisonabschluss mit zelten im Freibad bei dem die TuRa Schwimmer*innen die Saison ausklingen lassen.

Walking Football beim SuS Rünthe 08 macht keine Sommerpause!

Anders als die Fußballmannschaften des SuS Rünthe 08 geht die Walking Football Abteilung nicht in die Sommerpause. Weiterhin finden die Trainingseinheiten montags von 19:30 bis 20:30 Uhr am Schacht III statt. An dieser Stelle laden wir jeden herzlich zum mitspielen, zuschauen und fachsimpeln ein.

Zudem läuft auch der Spielbetrieb weiter. Hier eine Übersicht der kommenden Spiele:

- 20.06.2022 SuS Rünthe 08 gegen SVE Heessen um 19:50 Uhr
- 27.06.2022 SuS Olfen gegen SuS Rünthe um 19:00 Uhr
- 02.07.2022 Westfalenmeisterschaft in Kaiserau ab 10:30 Uhr.

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage <https://www.sus-ruenthe.de/>.

Skateworkshop für die Sportklassen 5d und 6d der Willy-Brandt-Gesamtschule



Foto: C. Blasey

„Volle Fahrt voraus“ hieß es für die Sportklassen der Willy-Brandt-Gesamtschule in der letzten Woche. Die Sportklassen 5d und 6d nahmen an einem einwöchigen Skateprojekt auf dem Schulhof teil, bei dem sie jeden Tag in einem zweistündigen Workshop lernten, Stück für Stück sicherer auf den wackeligen Boards zu stehen.

Innerhalb der Woche konnten die Sportlerinnen und Sportler angeleitet durch zwei tatkräftige Skateboarder von „Skateaid Münster“ viele neue Tricks lernen und hatten eine Menge Spaß. Durch die finanzielle Unterstützung der „Provinzial-Versicherung“ bekam die Schule sogar acht Skateboards inklusive vollständiger Schutzausrüstungen geschenkt. „Ein großes Dankeschön dafür!“, sagt die Willy-Brandt-Gesamtschule.

37 Medaillen für 19 TuRa Schwimmer*innen Internationalen Salinenschwimmfest in Werne



Am vergangenen Wochenende waren die Wasserfreunde TuRa Bergkamen beim Internationalen Salinenschwimmfest im benachbarten Werne. Dabei erschwammen sich die 19 Schwimmer*innen 37 Medaillen. Max Simon (Jg. 2012) und Nevio Altemeier (Jg. 2011) gewannen zudem den Mehrkampfpokal, bei dem die fünf besten Leistungen und die daraus resultierenden FINA Punkte addiert und der Sieger so ermittelt wurde.

Max und Nevio gewannen zudem beide jeweils 5x Gold. Lina Fließ (Jg. 2011) gewann 2x Gold und 5x Silber und verpasste knapp den Mehrkampfpokal. Lina Antonia Gruner (Jg. 2009) gewann 2x Silber und 4x Bronze. Laura Cieschowitz's (Jg. 2008) Fleiß beim Training und ihre sehr starke Entwicklung wurde endlich belohnt, sie gewann jeweils 1x Gold, Silber und Bronze. Zu ihren ersten Medaillen kamen Smilla Panberg (Jg. 2010) 1x Gold und 1x Bronze sowie Finja-Marie Possovard (Jg. 2011), sie

bekam 1x Bronze. Ebenfalls 1x Bronze erschwamm sich Mika Rinne (Jg. 2011). Thalia Simon (Jg. 2006) konnte sich mit 2x Silber belohnen.

Alle Schwimmer*innen der 1. Mannschaft, die an diesem Wettkampf teilgenommen haben, gewannen somit mindestens eine Medaille!

Mit auf die Startblöcke stiegen auch die Schwimmer*innen der 2. Mannschaft. Mit sehr starken Zeiten über die 50m und 100m Brust, konnte Jan Luca Goly (Jg. 2010) überzeugen. Zudem gewann er 1x Silber und 1x Bronze. Emma Gramse (Jg. 2013) gewann 1x Silber, Timo Wortmann (Jg. 2013) vergoldete seinen einzigen Start und Philipp ten Venne (Jg. 2013) gewann 1x Bronze.

Zwar ohne Medaillen aber nicht weniger erfolgreich waren noch mit am Start, Max Nierobisch (Jg. 2010), Lilly Burkert (Jg. 2012), Karla Henriette Treese (Jg. 2013), Henriette Treinies (Jg. 2013), Liva Yükselkogul (Jg. 2012) und Sarah Großpietsch (Jg. 2013).

Die Trainer Christian Fließ (1. Mannschaft), Jana Vonhoff und Maximilian Weiß (2. Mannschaft) waren sehr mit den Leistungen zufrieden, auch wenn es aktuell nicht immer zu Bestzeiten reicht, was sicherlich auch mit den nicht sehr optimalen Trainingsbedingungen zu tun hat. Auf Grund von Gewitter sind Trainingseinheiten komplett ausgefallen oder auf Grund eines Defektes am Blockheizkraftwerk und der damit verbundenen Wassertemperatur von 22 Grad, war es auch nicht immer möglich optimal zu trainieren.

Am Samstag fährt ein Teil der 1. Mannschaft nach Meschede und am Sonntag fahren Lina Fließ und Nevio Altemeier mit ihrem Trainer nach Dortmund zum Landesvielseitigkeitstest, bevor es am nachfolgenden Wochenende zum Saisonabschluss mit zelten nach Lünen zum Lippepokal geht.

Große Begeisterung beim Sportfest der Realschule Oberaden



Große Begeisterung herrschte beim Sportfest der RS0. Bei

bestem Wetter waren die Schüler*innen hoch motiviert, nach zwei Jahren endlich wieder aktiv das Sportfest durchführen zu können. Neben den Sprints standen noch der Weitsprung und der Schlagballwurf auf dem Programm. Das bestens durch die Fachkonferenz Sport vorbereitete Sportfest diente vielen Schüler*innen auch als Grundlage für das Erlangen des Sportabzeichens. Das gesamte Kollegium unterstützte mit viel Hingabe, so dass es ein rundum gelungener Tag wurde.

Für das leibliche Wohl war ebenfalls gesorgt, so dass sich alle Beteiligten zwischendurch auch stärken konnten.

**Wasserfreunde TuRa Bergkamen
beim AquaMagis-Cup
erfolgreich**



Die erfolgreichen SchwimmerInnen der TuRa-Wasserfreunde.

Bereits am 14.05.2022 starteten die Wasserfreunde TuRa Bergkamen beim AquaMagis-Cup in Plettenberg mit 14 Schwimmer*innen der 1. und 2. Mannschaft. Für die 2. Mannschaft mit den Trainer*in Marco Steube und Jana Vonhoff war es der erste auswärtige Wettkampf, der aber sehr erfolgreich für die junge Mannschaft war.

So gewann die Schwimmerin Karla Henriette Treese (Jg. 2013) 2x Silber und 1 neue Bestzeit, Schwimmerin Liva Yüsekogul (Jg. 2012) 1x Bronze und 2 Silber und 1 neue Bestzeit, die Schwimmerin Emma Gramse (Jg. 2013) 1 x Silber sowie 2 neue Bestzeiten, die neue Bestzeiten, die Schwimmerin Henriette Treinies (Jg. 2013) erschwamm sich ebenfalls 2 neue Bestzeiten.

Auch der Trainer der 2. Mannschaft Marco Steube (Jg. 2003) gewann in 1x Gold. Aber auch die Schwimmer*innen der 1.

Mannschaft erschwammen sich insgesamt 14 neue Bestzeiten. Hier erzielte die Schwimmerin Lina Antonia Gruner (Jg. 2009) 1x Gold und 1x Silber sowie 1 neue BZ und die Schwimmerin Lia Schröder (Jg. 2012) 1x Silber und 1 neue Bz. Die Schwimmerin Aksaya Amirthalingam (Jg. 2011) erzielte 3 neue BZ., Laura Cieschowitz (Jg. 2008) 2 neue BZ., Laura Sophie Ebel (Jg. 2008) 4 neue BZ, Elias-Noel Kaminski (Jg. 2009) 2 neue BZ, Smila Panberg (Jg. 2010) 1 neue BZ und Thalia Simon 2 neue BZ, Lisa Marie Ebel (Jg. 2006) zeigte ebenfalls eine gute Leistung.

Die Trainer der 2. Mannschaft sowie der Trainer der 1. Mannschaft, Christian Fließ, der allerdings bei diesem Wettkampf aufgrund des schwimmerischen Mehrkampfes NRW der Junioren nicht dabei sein konnte, waren mit den Leistungen sehr zufrieden.

**Bezirksmeisterschaft Hellweg
in Dortmund: Erfolgreiches
Wochenende für die Schützen
des Bogensportclubs Bergkamen
e. V.**



Die Mitglieder des BSC-Bergkamen blicken auf einen erfolgreichen Sonntag zurück. Am 29.05.2022 fand die Bezirksmeisterschaft Hellweg im Freien des Westfälischen Schützenbundes (WSB) in Dortmund statt. Bei mäßigem Wetter, aber umso besserer Laune, traten die Schützen des Bezirks Westfalen an, um sich miteinander zu messen.

In der Klasse Recurve Masters Herren konnten die Schützen des BSC-Bergkamen den ersten und zweiten, sowie einen herausragenden 12. Platz erringen. In der Mannschaftswertung bedeutete dies den 2. Platz.

Thomas Kulsch trat nicht nur in der Recurve Masters Klasse an, sondern auch in der Klasse Compound Masters. Hier gewann er die Silbermedaille. Ebenfalls einen Platz auf dem Treppchen sicherte sich Bernd Matschewski. Er erreichte in der Klasse Compound Senioren den 2. Platz.

Nachfolgend die einzelnen Platzierungen der Schützen des BSC-Bergkamen:

Recurve Master:

1. Platz Ralf Eggert
2. Platz Thomas Kulsch
3. Platz Axel Beier
4. Platz in der Mannschaftswertung

Compound Herren:

4. Platz Ali Riza Akin
5. Platz Kevin Hippler

Compound Master:

2. Platz Thomas Kulsch

Compound Damen:

5. Platz Ina Tuschinski

Compound Senioren:

2. Platz Bernd Matschewski

**SuS Rünthe 08 nimmt an
Fußball-Ferien-Freizeit der
DFB-Stiftung Egidius Braun
teil**



Mit auf dem Bild, Thomas Trahe vom FLVW Kreis 32 Unna/Hamm, Ake Possiel (Jugendleiter SuS Rünthe + einer der Betreuer, Marc Frey (Betreuer bei der Fahrt). Foto: FLVW

Auch im Jahr 2022 nehmen auf Einladung der DFB-Stiftung Egidius Braun 75 Fußballvereine mit rund 1.000 Jugendlichen und Betreuern an den Fußball-Ferien-Freizeiten teil. An sechs Standorten finden insgesamt 18 einwöchige Maßnahmen statt. Die Mannschaft der Jahrgänge 2007 bis 2009 vom SuS Rünthe 08 wird vom 27.07. bis zum 02.08.22 in Bad Blankenburg zu Gast sein.

Die Einladung zur Teilnahme an einer Fußball-Ferien-Freizeit ist ein Dankeschön für das ehrenamtliche Engagement in den bundesdeutschen Fußballvereinen. Dabei steht nach Egidius Brauns Credo „Fußball – Mehr als ein 1:0!“ nicht nur das Thema „Fußball“ auf dem Programm. Vermittlung von Werten, Besuche in Kletterparks sowie den Stadien und Nachwuchsleistungszentren einzelner Bundesliga-Klubs stehen ebenso im Fokus wie Teambuilding-Angebote und Informationen zu ehrenamtlichem Engagement in den Fußballverbänden und -vereinen. Prominente Gäste aus der Welt des Fußballs vermitteln in Trainings und Gesprächen unvergessliche Eindrücke bei den Jugendlichen und ihren Betreuern.

Besondere Auszeichnung für den SuS Rünthe 08

Dass der SuS Rünthe 08 aus einer Vielzahl von Bewerbungen den Zuschlag zur Teilnahme erhalten hat und somit die Kinder eine solch einmalige Veranstaltung erleben dürfen, ist Ausdruck besonderer Wertschätzung für das Engagement des Vereins. „Die Jugendarbeit von breitensportlich ausgerichteten Fußballvereinen, die sich durch eine besondere Integrationswirkung und Qualität auszeichnet, wird durch die Teilnahme an den Fußball-Ferien-Freizeiten prämiert“, erklärt Stiftungsgeschäftsführer Tobias Wrzesinski. „Die Idee dazu stammt von Egidius Braun. Ihm war es ein besonderes Anliegen, dass gerade kleinere Klubs auf diese Weise bei ihrem Wirken unterstützt werden und Wertschätzung erfahren.“ Die DFB-Stiftung Egidius Braun trägt für alle teilnehmenden Mannschaften die die Kosten für Unterbringung, Verpflegung und das Programm. Ebenso wird der Transfer organisiert und finanziert. Die jeweils siebentägigen Fußball-Ferien-Freizeiten werden durch qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stiftung geleitet. Die Veranstaltungen finden in den Sportschulen der DFB-Landesverbände in Bad Blankenburg, Grünberg, Hennef, Edenkoben, Malente und Schöneck (Karlsruhe) statt.

Übergabe eines Teilnahmegutescheins

Um der Auszeichnung des SuS Rünthe 08 einen besonderen Rahmen zu verleihen, besuchte(n) am 27.05.22 Thomas Trahe vom Fußballverband FLVW Kreis Unna/Hamm und übergaben dem Vorstand und den Kindern des SuS Rünthe 08 einen Teilnahmegutschein im Wert von 10.000 €.

Fußball, Gesellschaft und Ehrenamt im Fokus

Die Freizeiten sind keine leistungssportorientierten Trainingslager. Vielmehr sind neben unterschiedlichen Fußball- und Freizeitangeboten auch pädagogische Elemente wesentliche Bestandteile. Durch Gast-Referenten werden Themenfelder wie

etwa Anti-Diskriminierung, Suchtprävention, Toleranz, Umwelt und Wertevermittlung im sportlichen und gesellschaftlichen Leben aufgezeigt und mit den Jugendlichen besprochen. Dazu zählt auch das Programm #Denkanstoß, das mit Unterstützung der Beauftragten der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration realisiert wird. In diesem Rahmen beschäftigen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit gesellschaftspolitisch relevanten Fragestellungen.

Auch ehrenamtliche Tätigkeiten werden vorgestellt, um die Jugendlichen für ein Engagement zu begeistern. In diesem Jahr steht das Thema Schiedsrichter im Fokus.

**SuS Rünthe zur Verleihung des
„FLVW
Zukunftspreises“ eingeladen**



Der Fussball und Leichtathletikverband Westfalen verleiht im SportCentrum Kamen-Kaiserau den Zukunftspreis. Foto: Holger Jacoby / FLVW

Der SuS Rünthe war zu der Verleihung des „FLVW Zukunftspreises“ durch den FLVW (Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen e.V.) eingeladen.

Die Verbandsspitze mit dem Präsidenten Gundolf Walaschewski und die Vertreter der Mitausrichter des FLVW-Zukunftspreises Dr. Rolf Engels, Vorstandsvorsitzender der Westfalen Sport-Stiftung, und Gerd Meyer-Schwickerath, Geschäftsführer der Stiftung Westfalen-Initiative lobten das Engagement der anwesenden Vereine. Gerade in den vergangenen zwei Jahren war es wichtig sich für die Zukunft zu rüsten, dies wurde mit verschiedenen Konzepten und Aktivitäten durch die Vereine gemacht. Bei der Verleihung des Preises erfolgte wurde das Konzept der „Rünther Dorfmeisterschaft“ und deren Ziel und lobend erwähnt und stieß auf starkes Interesse. Ziel des SuS Rünthe ist es mit weiteren Verbesserungen im Verein und dem Umfeld zukünftig auf dem Treppchen zu stehen und dann auch zu den ersten drei

der Preisträger zu gehören. Die Verleihung fand im SportCentrum Kaiserau statt.

Der FLVW Zukunftspreis wird einmal im Jahr vom FLVW zusammen mit der Stiftung Westfalen-Initiative und der Westfalen Sport-Stiftung den FLVW-Zukunftspreis ausgeschrieben. Der erste Preis ist mit 2.000 Euro, der zweite mit 1.000 Euro und der dritte Preis mit 500 Euro dotiert. Darüber hinaus wird mit den Preisträgern ein Imagefilm über sich und ihr Projekt gedreht.

TuRa-Schwimmer Nevio Altemeier und Max Simon beim Nordrhein-Westfälischen Schwimm-Mehrkampf



Max Simon – Christian Flüß (Trainer) – Nevio Altemeier

Für Nevio Altemeier (Jg. 2011) und Max Simon (Jg. 2012) ging es am vergangenen Wochenende beim Nordrhein-Westfälischen Schwimm-Mehrkampf im Schwimmleistungssportzentrum Wuppertal auf die Startblöcke. Mit der Akkreditierungskarte in der Hand betraten die Jungs mit ihrem Trainer Christian Fließ die beeindruckende Wettkampfstätte. Neben dem schwimmerischen Mehrkampf wurden zeitgleich die NRW Meisterschaften der Junioren und der offenen Wertung durchgeführt. Somit teilten sich unsere zwei Schwimmer zum Einschwimmen bereits das Becken mit den besten Schwimmer*innen aus NRW.

Nevio ging über den Rückenmehrkampf an den Start, der aus den Strecken und in der folgenden Reihenfolge geschwommen wurde: 200m Rücken, 400m Freistil, 50m Rücken Beine (alles Samstag), 100m Rücken und 200m Lagen (Sonntag). Max startete in seiner Altersklasse über den Freistilmehrkampf und schwamm 200m Freistil, 400m Freistil, 50m Freistil Beine (ebenfalls alles Samstag), 100m Freistil und 200m Lagen (ebenfalls Sonntag).

So sprangen beide voll motiviert über die 200m Distanz ins Wasser. Für Nevio waren es die ersten 200m Rücken überhaupt und er konnte sofort überzeugen. Zudem erreichte er seine fünfte Pflichtzeit für die Südwestfälischen Meisterschaften. Max konnte sich zu seiner erst frisch aufgestellten persönlichen Bestzeit um ganze 10 Sekunden verbessern. Als nächste Standen für Beide die 400m Freistil an. Max ist diese Strecke vorher noch nie geschwommen und sprintete sofort los, was etwas zu schnell war. Er kämpfte sich aber durch und hat eine gute Leistung ins Becken gebracht. Nevio hingegen ist zu langsam in die 400m gegangen und hat so viel Zeit verschenkt, was sich am Ende des Mehrkampfes bemerkbar machen sollte. Die 50m Beine Strecke brachten Beide mit zufriedenstellenden Leistungen und mit Laktat vollgepumpten Beinen ins Ziel.

Am Sonntag standen dann die Paradedisziplinen der Beiden an. Nevio ging mit den Worten „So jetzt wird richtig durchgeballert!“, als erster zum Start, um über die 100m Rücken zu zeigen was er kann. Wie er schon sagte, hat er vom

Start an alles gegeben und seinen erst kürzlich aufgestellten Rekord um 3,3 Sekunden auf eine 1:21,55 Minuten verbessert und mit dieser Zeit die Bezirkskadernorm deutlich unterboten. Für die 200m Lagen waren dann leider alle Kraftreserven ausgeschöpft. Nevio ging leider auch etwas angeschlagen ins Wettkampfwochenende, seine Leistungen waren aber super und er hat seine Stärken ausgespielt und gezeigt welche Klasse er hat. So wurde er mit 1210 Punkten 4. und hatte auf Platz 3 nur 38 Punkte Rückstand.

Max konnte sich über die 100m Freistil Strecke deutlich steigern und verbesserte ebenfalls seinen persönlichen Rekord 1,5 Sekunden auf eine 1:26,84 Minuten. Mit dieser Zeit rückt er der Pflichtzeit für Südwestfälischen Meisterschaften wieder ein Stück näher heran. Über die 200m Lagen wurde Max leider disqualifiziert und bekam über diese Strecke 0 Punkte und erreichte somit nur den 10. Platz in seinem Mehrkampf.

Nevio, Max und ihr Trainer genossen den Wettkampf, schauten sich die Elite aus NRW an und waren stolz dabei gewesen sein zu können und fuhren mit den Worten von Max: „Das war ein richtig cooler Wettkampf“, nach Hause.

Christian war mit den beiden Jungs mehr als zufrieden. Nach den ganzen Lockdownmaßnahmen und nach so kurzer Zeit bereits solche Leistungen und Erfolge seiner Athleten*innen zu sehen und eine Teilnahme an solch einem Wettkampf hat ihn schon überrascht, macht ihn aber auch sehr stolz. Es zeigt, dass die Wasserfreunde sich auf einem sehr guten und hohen Leistungsstand bewegen und die Arbeit in den letzten Wochen und Monaten sich auszahlt. Jetzt steht die Vorbereitung von Nevio für den Landesvielseitigkeitstest (LVT) an, den er benötigt, um in den Bezirkskader aufgenommen werden zu können. Zudem muss er für den LVT noch die 100m Schmetterling Strecke diesen Monat absolvieren. Einige andere Schwimmer*innen sind noch auf Zeitenjagt, um sich für die Südwestfälischen Meisterschaften zu qualifizieren. Es steht also noch einiges an bevor es in die Sommerferien geht.