

Fußballschiedsrichter in Unna/Hamm – Schiedsrichterausbildung auf einem guten Weg

Auf einem guten Weg ist der Schiedsrichterausschuss im Kreis Unna/Hamm mit seinem Lehrgang für neue Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter, der am Dienstag, 10. März, 19.00 Uhr, im Vereinsheim von Rot-Weiß Unna beginnt. Bisher haben sich aus dem gesamten Kreisgebiet 18 Interessenten gemeldet, die die Ausbildung zum Schiedsrichter absolvieren möchten.

An sechs Ausbildungstagen werden die Nachwuchsreferees dann durch den Lehrstab des heimischen Kreises auf die Prüfung in Theorie und Praxis vorbereitet, die am Freitag, 27. März, 18.00 Uhr, in Holzwickede durchgeführt wird.

Die Vereine können mögliche Interessenten bis zum Lehrgangsbeginn bei Heiko Rahn, Beisitzer im Kreisschiedsrichterausschuss, rahn@flvw-unna-hamm oder bei jedem anderen Mitglied des Kreisschiedsrichterausschusses, anmelden. Nähere Infos gibt es auch unter www.flvw-unna-hamm.de/schiedsrichter.

Wie ein Workshoptag beim TuS Weddinghofen 1959 e.V.

Das neue Jahr ist schon beinahe zwei Monat alt und der TuS Weddinghofen startet mit einem neuen Workshoptag voll durch.

Wie bereits fast zur Tradition geworden, findet am 29. Februar ein neuer Workshoptag statt. Ab 11 Uhr besteht die Möglichkeit, in der Turnhalle der Pfalzschule, Pfalzstraße 94, die verschiedenen Angebote auszuprobieren. Zur Auswahl stehen: Faszien-Training, Pound, Hoppers, Volleyball für Kinder und Entspannung.

Die Angebote im Überblick:

Faszien Training:

Das Training verbindet dabei klassische Yoga- sowie Pilates Übungen, aber auch hochintensive Ganzkörperübungen um das Herzkreislauf- System anzuregen.

Hoppers:

Hüpfe mit speziellen Federschuh durch die Halle und erlerne spannende Choreographien. Der Spaßfaktor ist garantiert!

Pound:

Pound verbindet einen Ganzkörper-Workout mit Aerobic, Pilates, Tanz und Herz-Kreislauf- Training. Mit zwei Drumsticks, die je Stick 250 Gramm wiegen, schlägt man im Takt der Musik und führt so Übungen durch.

Entspannung:

Raus aus dem Alltagsstress steht bei der Entspannung im Vordergrund. Verschiedene Entspannungsverfahren werden vermittelt.

Die Teilnahme am Aktionstag ist selbstverständlich kostenfrei und der TuS Weddinghofen 1959 e.V. lädt alle Interessenten herzlich ein, unsere Angebote auszuprobieren.

Alle weiteren Informationen unter:

tus-weddinghofen.de | Tel.: 0230767874 | Facebook | Instagram

Gemeinsam ist man stark! – Junge Wasserfreunde belegten beim Kids-Cup in Lünen den 2. Platz



Spaß hatten sie auch, die jungen Wasserfreunde beim Kids-Cup in Lünen.

„Gemeinsam ist man stark „, denn genau um dieses Wir-Gefühl ging es bei der ersten Runde des Kids-Cup.

Am 15. Februar startete im Lippebad Lünen die erste Runde des Kids-Cup 2020. Bei diesem mal etwas anderem Wettkampf, ging es um Teamgeist und der Freude am Schwimmsport. Nicht allein, sondern als Team gingen die kleinen TuRa'ner an den Start.

Der Wettkampf ist extra für die Kleinen, die an diesem Tag

ganz große Sportler sind. Denn der kindgerechte Wettkampf richtet sich speziell an 6-9 jährige (Jg. 2011 – 2014) Mädchen und Jungen, die gemeinsam in Staffeln, Teamausdauer und Kombinationsschwimmen an den Start gingen. Der Wettkampf hat extra eine kurze Wettkampfdauer, damit die Kinder nicht überfordert werden.

Voller Vorfreude starteten sieben Schwimmerinnen und Schwimmer für die Wasserfreunde. Nevio Altemeier, Aksaya Amirthalingam, Lina Fließ , Mika Krause, Mila Krause, Mika Rinne (alle Jg. 2011) und Max Simon (Jg. 2012). Insgesamt mussten die Kinder 7 mal ihr Können unter Beweis stellen. In den Disziplinen 4 x 25m Kraul, 4 x 25m Kombi, 4 x 25m Brust, 6 x 25m Lagenbeine, 4x 25m Rücken, 6 x 25m Lagen und 200m Team-Ausdauer schwammen fünf Mannschaften gegeneinander.

Besonders aufregend ist immer die letzte Disziplin, denn hier schwimmen vier Kinder gemeinsam acht Bahnen Freistil. Beendet ist der Wettlauf, wenn das letzte Kind das Ziel erreicht hat. Dann erst wird die Zeit gestoppt. Unter großer Anfeuerung ihrer Mannschaft und einer tollen Leistung erreichten hier die TuRa'ner einen 2. Platz. Bei 6 der 7 Disziplinen landete der Verein auf dem 2. Platz und in der Lage 4 x 25m Rücken durften sich die Kinder über einen 1. Platz freuen.

In der Gesamtwertung erzielten die Kinder einen super 2. Platz und sind mit nicht mal einer Minute Differenz nur knapp am 1. Platz vorbei. Am Ende des Wettkampfes waren alle, besonders die Trainer Kathi Polley und Lucas Polley, ganz stolz auf ihre Kleinen doch ganz großen Schwimmer.

1. Damenmannschaft der Wasserfreunde TuRa Bergkamen mit vielen Bestzeiten in der Südwestfalenliga



1. Damenmannschaft der Wasserfreunde TuRa Bergkamen.

Am vergangenen Samstag nahmen neun Damen der Wasserfreunde TuRa Bergkamen mit vielen neuen Bestzeiten am Deutschen Mannschaftswettbewerb im Schwimmen (DMS) – Südwestfalen auf der Kurzbahn in Bochum teil, wobei es für die Schwimmerinnen Lisa Marie Ebel, Nina Pehle, Thalia Simon, Lina Antonia Gruner und Emma Schmucker die erste Teilnahme an diesem Wettbewerb waren.

Der Wettkampf ist in zwei gleiche Abschnitte mit jeweils 17 verschiedenen Strecken eingeteilt. Hierbei wird die Ausdauer

und Kondition der einzelnen Schwimmerinnen, die teilweise 5 Strecken geschwommen sind, bis an ihre Belastungsgrenze beansprucht.

Für die Wasserfreunde starteten Lara Boden (200 und 400 Freistil), Lisa Marie Ebel (50, 100 und 200 Schmetterling sowie 400 Lagen), Lina Antonia Gruner (200 und 400 Freistil), Sasika Nicoletti (50, 100 und 200 Brust, 50 Schmetterling und 400 Lagen), Nina Pehle (100 und 800 Freistil), Victoria Reimann (50, 100 und 200 Brust, 50 Freistil und 200 Lagen), Emma Schmucker (100 und 200 Rücken und 200 Lagen), Thalia Simon (50, 100 und 1500 Freistil und 100 Lagen), Ann-Kathrin Teeke (50, 100 und 200 Rücken sowie 100 und 200 Schmetterling) und Jana Vonhoff (100 Lagen und 50 Rücken).

Trotz der erreichten höheren Punktzahl in Höhe von 9489 als die im vergangenen Jahr in Höhe von 8239 schafften die Wasserfreunde aufgrund der sehr starken Konkurrenz den Klassenerhalt in der Südwestfalenliga leider nicht.

Der Trainer Christian Fließ war mit der tollen Leistung seiner Mannschaft aufgrund der sehr vielen neuen erschwommenen Bestzeiten sehr zufrieden und setzte sich gemeinsam mit der Mannschaft das Ziel, im nächsten Jahr wieder in die Südwestfalenliga aufzusteigen.

**Kurs für Laufeinsteiger –
„Fit werden und bleiben“**



Foto: Laufftreff SuS Oberaden

Der Laufftreff des SuS Oberaden lädt wieder zu einem Kurs für Laufeinsteiger. „Im Gegensatz zu den vergangenen Jahren haben wir diesen Kurs neu konzipiert und werden viele neue Aspekte einfließen lassen, um alle Teilnehmer zum Erfolg zu führen“, so Laufftreffbetreuer Andreas Worch. Los geht es am Sonntag, 29. März, um 10 Uhr am Sportheim an der Preinstraße.

Für diesen Kurs wirbt der Laufftreff mit folgendem Text:

„Kennt Ihr das, die Hose zwick, das Treppensteigen fällt auch nicht mehr so leicht, es läuft einfach nicht mehr rund. Der Körper braucht Bewegung, aber der innere Schweinehund schickt einen wieder zurück auf die Couch.“

Wir wollen Abhilfe schaffen und das dauerhaft.

In einem 12-wöchigen Training werdet Ihr wieder die Fitness erreichen, die Ihr Euch wünscht. Danach laden wir Euch herzlich ein, bei unserem ganzjährigen Laufftreff dabei zu sein.

Wir starten mit sehr kurzen Laufeinheiten, so dass JEDER mitmachen kann.

Wir setzen einen ganzheitlichen, gesundheitsorientierten

Ansatz um, so dass wir nicht nur laufen, sondern auch das Thema Ernährung, Gymnastik, Laufstil und vieles Weitere berücksichtigen.

Die Kursgebühr beträgt 15€ für den gesamten Zeitraum. Wenn Ihr den gesamten Zeitraum dabei seid, gibt es zum Abschluss ein Laufshirt für Euch (vielleicht ja eine Nummer kleiner als jetzt).

Weitere Details werden wir in einer Infoveranstaltung am 12.03.2020 um 19:00 Uhr vorstellen und stehen natürlich für Fragen zur Verfügung.

Auch erfahrende Läufer sind herzlich willkommen und können sich über unsere weiteren Angebote informieren.

Ort: Sportheim Oberaden, Preinstraße 14, 59192 Bergkamen

Der Kurs startet ebenfalls dort, am 29.03.2020 um 10:00 Uhr und danach jeden Sonntag zur gleichen Uhrzeit (29.03. – 21.06.2020).

Für die Urlauber in der Ferienzeit gibt es kleine Hausaufgaben, damit Ihr den Schwung nicht verliert.

Wir freuen uns auf Euch! Macht mit, werdet fit

Solltet Ihr vorab schon Fragen haben, könnt Ihr diese gerne an folgende E-Mail schicken:

lauftreff@susoberaden-la.de“

Leichtathleten feiern 10-jähriges Bestehen des FLVW Fitnessparks Bergkamen

Die Bergkamener Leichtathletikvereine/ -abteilungen waren sich vor 10 Jahren einig, dass man die im Bergkamener Stadtgebiet vorhandenen Laufstrecken katalogisiert und miteinander vernetzt. Auch beim Fußball- und Leichtathletikverband Westfalen war man von dieser Idee begeistert und half bei Erarbeitung von Kartenmaterial und beim Anschlag gemeinsamer Aktionen.



Entstanden ist daraus der FLVW Fitnesspark Bergkamen, in dem sich die Vertreter der Bergkamener Leichtathletikvereine regelmäßig zu Fragen der Leichtathletik austauschen, Ausbildungsmaßnahmen für Übungsleiter planen und einen jährlichen Sternlauf zu einer der Bergkamener Sportanlagen organisieren.

In 2020 feiert die Gemeinschaft der Leichtathleten das 10-jährige Bestehen und wird den diesjährigen Sternlauf, der in Mitte, Weddinghofen, Rünthe und Oberaden startet, in der Marina Rünthe enden lassen.

Vor Ort ist dann der TLV Rünthe für die Organisation verantwortlich, der den Läuferinnen und Läufern aus den Bergkamener Stadtteilen einen herzlichen Empfang bereiten wird.

Starkes Auftreten der

Wasserfreunde beim 48. Junioren- und Jugendschwimmfest in Herringen



17 Schwimmerinnen und 13 Schwimmer der Wasserfreunde TuRa Bergkamen starteten am Sonntag den 9.2. bei den WaSpo Herringen in Hamm. Über einen wahren Medaillenregen und viele persönliche Bestzeiten freuten sich nicht nur die Aktiven, sondern auch Trainer Lucas Polley und Christian Fließ.

Die Wasserfreunde räumten 35 Medaillen ab, davon 15 Gold-, 9 Silber- und 11 Bronzemedailien.

Im kindgerechten Teil des Wettkampfes nahmen die Nachwuchstalente der Jahrgänge 2013/2014 teil. Erik Forst (2013) sicherte sich eine Gold- und 2 Silbermedaillen, Philipp ten Vennen (2013) eine Goldmedaille, eine Silbermedaille und 2 Bronzemedailien und Karla Treese (2013) eine Bronzemedaille.

Timo Wortmann (2013) kämpfte sich erfolgreich durch 4 Starts.

Beim 2. Teil des Schwimmfestes gingen die Jahrgänge 2012 – 2000 an den Start. Gold holten sich hier mit persönlichen Bestzeiten Julian Noel Bracht (2006) über 100m Brust, Elias Noel Kaminski (2009) über 100m Lagen, Victoria Reimann (2004) über 100m Brust, 100m Rücken, 100m Freistil und 100m Lagen, Emma Schmucker (2008) über 100m Rücken und 100m Lagen, Max Simon (2012) über 50m Rücken und 50m Freistil und Ann-Kathrin Teeke über 100m Rücken, 100m Schmetterling und 100m Freistil.

Silber gab es für Julian Noel Bracht (2006) über 100m Lagen, Lina-Julie Bracht (2008) über 100m Brust, Elias Noel Kaminski (2009) über 100m Brust, Mila Fee Krause (2011) über 50m Freistil, Emma Schmucker (2008) über 100m Schmetterling und Max Simon (2012) über 50m Brust.

Bronze erkämpften sich Nevio Altemeier (2011) über 50m Rücken, Julian Noel Bracht (2006) über 100m Freistil, Lina-Julie Bracht (2008) über 100m Lagen, Lina Antonia Gruner (2009) über 100m Lagen, Elias Noel Kaminski (2009) über 100m Rücken und 100m Freistil, Emma Schmucker (2008) über 100m Freistil und Lia Schröder (2012) über 50m Freistil.

Tolle persönliche Bestzeiten erzielten außerdem Lysette Grieger (2010) über 50m Brust, David Josef Helal (2009) über 100m Rücken und 100m Freistil, Sofia Helal (2010) über 50m Brust und 50m Rücken, Mika Tom Krause (2011) über 50m Rücken, Mila Fee Krause (2011) über 50m Rücken und 50m Freistil, Justus Panberg (2008) über 100m Brust, Thalia Simon (2006) über 100m Rücken und 100m Lagen und Alicja Tomczak (2009) über 100m Brust.

Ein erfolgreiches Schwimmfest, das auf weitere tolle Saisonenerfolge hoffen lässt.

Oberadener Handballer wählen Anfang März

Die Handball-Abteilung des SuS Oberaden lädt für Sonntag, 8. März, zur Jahreshauptversammlung ein. Die Veranstaltung findet ab 10 Uhr in der Römerberghalle statt. Neben den Berichten gibt es auch Wahlen, unter anderem zum 1. Abteilungsleiter, dem 1. Geschäftsführer sowie dem 1. und 2. Kassierer.

Anträge für die Jahreshauptversammlung sollten bis zum 16. Februar beim Geschäftsführer per Post oder Mail (gf@sus-o.de) eingereicht werden, damit auf der Jahreshauptversammlung darüber abgestimmt werden kann.

Auch die Jugend trifft sich Anfang März zur Jahreshauptversammlung. Der Nachwuchs hat den Termin auf Freitag, 6. März 2020, 19 Uhr im Jugendraum festgelegt.

Zu beiden Veranstaltungen freuen sich der Abteilungs- und Jugendvorstand über zahlreiche Besucher.

Medaillenregen für die Wassersfreunde TuRa Bergkamen beim 44. Hallenschwimmfest

des SV Kamen



Am ersten Februarwochenende starteten 16 Schwimmerinnen und 11 Schwimmer der Wasserfreunde TuRa Bergkamen beim benachbarten SV Kamen. Sie erschwammen sich 42 Goldmedaillen, 29 Silbermedaillen, 17 Bronzemedaillen und 50 persönliche Bestzeiten.

Stärkster Schwimmer an diesem Wochenende war Alexander Lehmann (2005). Er holte sich 4 Goldmedaillen über 50m Brust, 50m Schmetterling, 100m Brust und 200m Rücken. Außerdem holte er Silber über 50m Freistil, 100m Freistil und 50m Rücken.

Ann Kathrin Teeke (2000) siegte über 200m Rücken, 50m Rücken, 50m Freistil, 400m Freistil und holte einmal Silber über 100m Rücken und einmal Bronze über 100m Freistil.

Daniel Lehmann (2003) erkämpfte sich Gold über 200m Brust, 100m Brust, 50m Rücken, 100m Rücken und Silber über 50m Brust.

Kevin Noah Kaminski (2003) erschwamm sich Gold über 100m Freistil, 100m Schmetterling, 50m Schmetterling und bekam einmal Silber über 50m Freistil und einmal Bronze über 50m Brust.

Nina Pehle (2005) erhielt eine Silbermedaille über 50m Freistil, 100m Rücken, 50m Rücken und 200m Rücken und eine Bronzemedaille über 100m Freistil.

Noah Mo Krause (2008) und Oliver Sloboda vergoldeten alle ihrer vier Starts. Noah Mo Krause holte Gold über 100m Rücken, 100m Brust, 200m Freistil und 200m Rücken. Oliver Sloboda holte Gold über 50m Brust, 200m Brust, 100m Brust und 100m Schmetterling.

Thalia Simon (2006) erkämpfte sich Gold über 50m Freistil und 200m Brust, Silber über 400m Freistil und Bronze über 100m Freistil.

Anuja Amirthalingam (2003) holte Gold über 100m Brust, Silber über 50m Brust und 50m Freistil und Bronze über 200m Freistil. Kim Loreen Ptasinski (2001) sicherte sich eine Goldmedaille über 400m Freistil, eine Silbermedaille über 50m Freistil und 100m Freistil und eine Bronzemedaille über 200m Freistil.

Elias Noel Kaminski (2009) versilberte all seine Starts. Er holte Silber über 100m Freistil, 100m Brust, 50m Rücken und 200m Freistil.

Lisa Marie Ebel (2006) gewann Gold über 100m Schmetterling, Silber über 50m Schmetterling und Bronze über 400m Freistil und 50m Freistil.

Mika Tom Krause (2011), Victoria Reimann (2004) und Saskia Nicolei (2003) holten bei all ihren drei Starts Gold. Mika Tom Krause siegte über 100m Rücken, 100m Freistil und 50m Rücken, Saskia Nicolei über 50m Brust, 50m Freistil und 200m Brust und Victoria Reimann über 50m Brust, 50m Freistil und 100m Brust.

Lina Antonia Gruner (2009) holte sich einen kompletten

Medaillensatz. Sie gewann Gold über 200m Rücken, Silber über 200m Freistil und Bronze über 100m Rücken.

Kaan Aydin (2008) bekam Silber über 100m Rücken und 100m Brust und Bronze über 100m Freistil.

Jana Vonhoff (2004) gewann Silber über 200m Lagen und 100m Rücken und Bronze über 100m Freistil.

Aksaya Amirthalingam (2011) erschwamm sich Silber über 100m Rücken und 100m Brust und eine Bronzemedaille über 100m Freistil.

Marco Steube (2003) siegte über 50m Brust und 50m Freistil.

Yannick von der Heide (2009) siegte über 200m Rücken und holte Silber über 100m Rücken.

Lina Julie Bracht (2008) bekam Silber über 100m Rücken und Bronze über 100m Brust.

Lysette Grieger (2010) erkämpfte sich Bronze über 100m Rücken, Smilla Panberg über 100m

Brust und Cieschowitz Laura (2008) über 100m Rücken.

Bei den Staffelwettbewerben siegte die Mannschaft mit Kevin Noah Kaminski, Marco Steube, Daniel Lehmann und Oliver Sloboda. Die Mannschaft mit Ann Kathrin Teeke, Nina Pehle, Lisa Marie Ebel und Thalia Simon sicherte sich den 3. Platz.

Alles in Allem konnten die Trainer Katharina Polley und Christian Fließ sehr zufrieden mit den Leistungen ihrer Mannschaft sein.

Schillerschule hat die Hallenfußball- Stadtmeisterschaft der Bergkamener Grundschulen gewonnen

Der Modus „Jeder gegen jeden“ hat sich bei den Stadtmeisterschaften der Bergkamener Grundschulen bewährt. So das Fazit der verantwortlichen Trainer und Lehrer, die mit ihren Mannschaften heute in der Friedrichsberghalle vor Ort waren und einen neuen Stadtmeister ausgespielt haben. Alle Mannschaften hatten trotz zu Beginn nicht gewonnener Spiele die Möglichkeit, dass sie in den anderen Spielen punkten konnten

Dabei hatte jede der sieben Bergkamener Grundschulen sechs Spiele auf dem Spielplan, die alle im vorgegebenen Zeitrahmen durchgeführt wurden und die dann im Gesamtergebnis die Schillerschule als neuen Stadtmeister ergaben.

Die Preinschule, die Overberger Schule als Titelverteidiger, die Gerhart-Hauptmann-Schule und die Jahnschule konnten am Turniertag nicht zwingend in den Kampf um die vorderen Plätze eingreifen und mussten der Kettelerschule auf Platz 3, der Pfalzschule auf Platz 2 und der Schillerschule auf Platz 1 den Vortritt lassen.

Die Schillerschule wird damit die Stadt Bergkamen bei den Kreismeisterschaften vertreten, die am 13.05.20 in Unna ausgetragen werden.

Wasserfreunde TuRa Bergkamen: Drei-Lagen-Pokal für Elias- Noel Kaminski und Noah Mo Krause



Die erfolgreichen Wasserfreunde in Witten-Annen.

Am 1. Februar 2020 besuchten die Wasserfreunde TURA Bergkamen das 6. Neujahrsschwimmfest in Witten-Annen. Los ging es mit einem kindgerechten 1. Abschnitt, wo kleine Schwimmer und Schwimmerinnen erste Wettkampfluft schnuppern konnten. Für ihren Einsatz, bekam jedes Kind eine Mitmach-Medaille.

Für die Wasserfreunde Tura Bergkamen startete Philipp ten Venne (Jg. 2013) über 25m Brust, 25m Kraulbeine am Brett und 25 Rücken. Seine tolle Leistung wurde zurecht mit Bronze, Silber & Bronze belohnt.

Im 2. Abschnitt startete Max Simon (Jg. 2012) zum ersten Mal als Mitglied der 2. Wettkampf- Mannschaft und zeigte sein Können über 25 Rücken, 25 Brust, 25 Freistil. 3 x Gold, ein gelungener Start, besser geht`s nicht.



Elias-Noel Kaminski und Noah Mo Krause sicherten sich den Drei-Lagen-Pokal.

Elias-Noel Kaminski (Jg. 2009) sicherte sich über 50m Schmetterling, 50m Rücken und 50m Freistil 3 Goldmedaillen und über 50 Brust eine Silbermedaille. Mit dieser tollen Leistung sicherte sich Elias den Drei-Lagen-Pokal (2009). Eine Top Leistung zum Saisonanfang.

Noah Mo Krause (Jg. 2008) erschwamm sich, auf 50m Schmetterling, 50m Rücken und 50m Brust ebenfalls 3 Goldmedaillen und auf 50m Freistil eine Silbermedaille. Auch Noah konnte den begehrten Drei-Lagen-Pokal (2008) in Empfang nehmen. Prima Leistung.

Lina Fließ (Jg. 2011) nahm je eine Goldmedaille über 25m Rücken, 25m Brust und eine Bronzemedaille über 25m Freistil mit nach Hause. Über 25m Schmetterling verpasste sie knapp das Treppchen. Drei neue Bestzeiten, Top!

Auch Nevio Altemeier (Jg. 2011) ging zum ersten Mal für die zweite Wettkampfmannschaft an den Start und sicherte sich 2 Silbermedaillen über 25m Rücken und 25m Brust, sowie eine Bronzemedaille über 25m Freistil. Ein guter Anfang, weiter so.

Mila Fee Krause (Jg. 2011) erkämpfte sich 2. Silbermedaillen über 25m Schmetterling und 25m Freistil. Eine gute Leistung mit neuen Bestzeiten.

Mika Tom Krause (Jg. 2011) bekam für seine 25m Schmetterling-Strecke Silber und für seine 25m Rücken-Strecke Bronze. Weiter so, die Konkurrenz schläft nicht.

Aksaya (Jg. 2011) nahm 1 Bronzemedaille über 25m Schmetterling in Empfang. Über 25m Rücken und 25m Freistil verpasste sie leider das Podest. Trotz allem eine prima Leistung.

Laura Sophie Ebel (Jg.2008), ebenfalls Neuzugang der 2. Wettkampfmannschaft, rutschte mit ihren 4 Starts ebenfalls nur knapp am Podest vorbei. Prima, neue Bestzeiten!

In 50m Rücken und 50m Freistil verpasst leider auch Sofia Helal (Jg. 2010), trotz guter Zeiten, knapp das Treppchen.

In der 5x50m Freistil-Staffel sicherten sich Aksaya Amirthalingam, Elias-Noel Kaminski, Noah Mo Krause, Lina Fließ und Mika Tom Krause den 3 Platz in einer Zeit von 3:33,34 min. Herzlichen Glückwunsch.

Höhepunkt waren die beliebten Schokokuss-Staffeln. Noah Mo Krause, Mika Tom Krause, Aksaya Amirthalingam, Lina Fließ, Mila Fee Krause und Elias-Noel Kaminski verputzten den Schokokuss und erschwammen sich den 3. Platz in einer Zeit von 5:06,97min. Großartig!

Auch Sofia Helal, Lena Slaby, Max Simon, Nevio Altemeier, Laura Sophie Ebel und David Josef Helal konnten den Schokoküssen nicht widerstehen, verpassten jedoch zum Schluss knapp den 3. Platz. Hauptsache es hat geschmeckt!

David Josef Helal, Justus Pannberg, Smilla Panberg und Lena Slaby meisterten ihre Disziplinen ebenfalls mit Bravour und erschwammen sich jeweils Plätze unter den Top 10.

Über einen erfolgreichen Saisonstart mit vielen Bestzeiten, freuten sich besonders die Trainer Katharina und Lucas.