

Trainingslager Ungarn 2016

Der Schwimmclub Volksbank Braunau absolvierte in den Osterferien 2016 ein Schwimmtrainingslager in Hódmezővásárhely-Ungarn.

Mit großer Begeisterung reisten die 12 Schwimmer, 3 Trainer und 2 Betreuer nach Ungarn. Der Abfahrtszeitpunkt war nicht für alle optimal. Da wir um 13:00 Uhr in Ungarn sein mussten, fuhren wir um 02:00 Uhr am Hallenbad in Braunau ab. Die Fahrzeit der 800 Km war schneller vorbei als gedacht. Pünktlich um 13:00 Uhr trafen wir im Hotel ein. Beim Hotel gab es die erste Überraschung. Es übertraf unsere Erwartungen bei Weitem. Nach kurzem Zimmeraufenthalt mit Zimmerbezug ging es dann zur ersten Trainingseinheit. Das erste Training wurde vom Trainer des Schwimmclubs Leoben durchgeführt. Der dreimalige Südafrikanische Meister, Peter Rös, übernahm dann das Training für die erste Wettkampfgruppe. Wolfgang kümmerte sich um unsere Kleineren. Das Schwimmbad war ebenfalls atemberaubend. Eine Halle mit 10 Bahnen à 50 Meter, 6 Bahnen mit 25 Meter, ein Jacuzzi, ein Schwefelbad sowie ein Spaßbecken mit vielen Rutschen und Spielmöglichkeiten. Ein Außenbecken stand uns ebenfalls zur Verfügung. Auch hier waren 10 Bahnen mit 50 Meter, 10 Bahnen mit 25 Meter zur Verfügung, die alle auf warme 28 Grad aufgeheizt waren.

In den nachfolgenden Tagen wurde hart und konzentriert gearbeitet. Unser nachkommender Werner hat den Schwimmern sehr viel abverlangt. Das Trockentraining, das von Wolfgang abgehalten wurde, war ebenfalls sehr anspruchsvoll. Eine Trainingseinheit „Fit in der Natur“ wurde von den Kindern mit viel Freude angenommen und ausgeführt. Des weiteren wurde mit Wolfgang gelaufen, geturnt und gelacht. Auch Sarah überzeugte ihre Schwimmkollegen mit ihren Fähigkeiten im Dehnen bei einer Yoga-Einheit. Nach der Hälfte des Trainingslagers kamen bei einigen die ersten Ausfallerscheinungen aufgrund des hohen Anspruchs des abverlangten Trainings. Damit diese Ausfälle nicht überhand nahmen, wurde ein FUN-Nachmittag in einem Rutschen- und Erlebnisbad eingelegt. Sowohl die Kinder als auch die Betreuer hatten richtig viel Spaß. Wenn gedacht wird, dass sich ein Schwimmtrainingslager nur auf Schwimmen beschränkt, unterliegt einem starken Irrtum. Eine Abendaufgabe war, über die ersten vier Tage einen Aufsatz zu schreiben. Und damit das Ganze etwas Würze bekam, diesen in Englisch. Diese Aufgabe wurde bravourös gemeistert und wir hatten sehr viel Freude beim Vorlesen.

Bei der Trainingseinheit am Freitag war es noch einmal super spannend für alle Schwimmer. Nicht nur der 3fache Südafrikameister Peter Hös, sondern auch der amtierende Vizeweltmeister über 400 Meter Lagen, David Verraszto, gab uns die Ehre. Bei einer Abendveranstaltung im Hotel stellte er sich den Fragen unserer Kinder. Ebenso referierte der ehemalige Trainer der Südafrikanischen Nationalmannschaft. Diese Informationen waren so umfangreich, dass wir, vor allem die Trainer sicherlich mehr Zeit gebraucht hätten, um alle Informationen aufzunehmen. Ebenfalls wurden die von uns gefertigten Video-Sequenzen aller Schwimmer mit diesen drei Größen analysiert und die Schwimmtechnik verbessert.

Alles in Allem war es ein schönes und hoffentlich für die Schwimmer ein sehr erfolgreiches und vor allem lehrreiches Trainingslager.

Der größte Dank geht aber an den Organisator dieses Events, an den Spartenleiter Schwimmen des SV Leoben, Christian Wohlmutter. Die Organisation war voll durchdacht und zu unserer vollsten Zufriedenheit durchgeführt. Er ließ es uns an nichts fehlen und erfüllte jeden unserer Wünsche prompt. Bei der Mitwirkung an seinem Promotion Film „To be a Star“ hatten wir ebenfalls viel Spaß.

Resumee: Eine gelungene Veranstaltung, auf deren Wiederholung sich alle Beteiligten schon wieder freuen.

Bedanken möchte ich mich auch ganz herzlich beim Organisations- und Begleitteam.

Michael Wiedorfer