

Trainingswoche der Nachwuchsschwimmer in Meilen

Zwölf Nachwuchsschwimmer nutzten die Gelegenheit zu einem intensiven Training während der ersten Frühlingsferienwoche in Meilen. Neben dem Schwimmtraining standen auch Athletiktraining und Spiele in der Sporthalle auf dem Programm. Damit garantierten die Trainer Janine Hochstrasser, Laura Spitznagel und Patrik Spitznagel, dass die Gratwanderung zwischen Leistungssport und Freizeitvergnügen glücken musste.

Im Athletiktraining wurden durch verschiedene gymnastische Übungen, die wohlklingende Namen wie „Schubkarre“ oder „Hackfleisch“ hatten, Rumpf und Rückenmuskulatur gestärkt. Durch verschiedene Technikübungen wurde am Schwimmstil gefeilt und durch verschiedenen Staffetten wurde an der Grundschnelligkeit gearbeitet. Am Ende der Woche waren die Fortschritte der neun- bis zwölfjährigen Nachwuchsschwimmer augenfällig.

Durch den gemeinsamen Spass am Sport sind sie zu einem verschworenen Team zusammengewachsen. Fazit der Trainingswoche: Eine ganz tolle Woche, in der hart trainiert wurde lässt den kommenden Wettkämpfen mit viel Zuversicht entgegen blicken.

Beim abschliessenden Pizzaessen schauten alle ein bisschen wehmütig aufs Wasser. Niemand kann sich so richtig vorstellen, dass jetzt während eines ganzen Jahres kein Training mehr im Hallenbad Meilen sein soll.