

VEREINS- ZEITUNG

Dienstag, 8. Mai 2018

Vereinszeitung
für die Mosel

Ein Produkt des
Trierischen Volksfreunds



Gemeinsam stark

Die Musikvereine aus Plein und Laufeld sind eine Einheit.

Seite 3

Über den Wolken

Die Wittlicher Modellflieger steuern regelmäßig hoch hinaus.

Seiten 8/9

Kleine ganz groß

Kaninchenzüchter haben schon Deutsche Meister hervorgebracht.

Seite 13



Schwimmen macht Spaß: Jungen und Mädchen der Spiel- und Fördergruppe der SFG Bernkastel-Kues.

Fotos (5): Christoph Strouvelle

Auf die Technik kommt es an

Die Schwimmabteilung der SFG Bernkastel-Kues gehört zu den mitgliederstärksten Abteilungen des Vereins. Wer im Grundschulalter die Techniken lernt, kann auch im mittleren Alter noch an Wettbewerben teilnehmen und großen Spaß haben.

Im Hallenbad Bernkastel-Kues ist einiges los. 35 Jungen und Mädchen im Grundschulalter tummeln sich im Wasser und am Beckenrand. Da springen die Kinder vom Drei-Meter-Turm und klettern sofort wieder heraus, um den nächsten Sprung zu wagen, andere springen vom Ein-Meter-Brett ins Wasser und schwimmen anschließend die 25 Meter-Bahn. Mittendrin und durch die vielen Wasserspritzer auch nicht mehr ganz trocken: Rainer Krischel, der die Kinder der Spiel- und Fördergruppe Kinder und Jugendliche immer wieder anleitet und Tipps gibt. Der 59-Jährige ist Diplomportlehrer und bei der SFG Bernkastel-Kues (SFG = Sport, Freizeit und Gesundheit) seit 30 Jahren Abteilungsleiter für Schwimmen, daneben leitet er auch die Abteilung für Herzsport.

Über sich selbst verliert der Inhaber der B-Lizenz für Schwimmtrainer nur wenige Worte. „Die Schwimmer stehen im Vordergrund“, sagt Krischel. In der Tat ist das Angebot der SFG Bernkastel-Kues für Schwimmer groß. Fünf Trainer betreuen die Kinder, Jugendlichen und Erwachsene. Es reicht vom Babyschwimmen bis zum Leistungsschwimmen für Kinder und Erwachsene, sagt er. Ab vier Jahre können die Kinder kommen, um im etwa 15 Stunden umfassenden Kurs Brustschwimmen zu lernen. Dabei steht die Beinarbeit im Vordergrund. Krischel: „Wenn sie das können,



Die Wettkampfgruppe der SFG Bernkastel-Kues mit ihren Trainern Melanie Valerius und Rainer Krischel.

geht es mit den Händen relativ schnell“, sagt er. Das Ziel für die Vier- bis Achtjährigen: Das Seepferdchen – Abzeichen, bei dem die Jungen und Mädchen vom Beckenrand springen, 25 Meter schwimmen und einen Gegenstand aus schulterhohem, etwa 90 Zentimeter tiefen Wasser heraufholen. „Tauschen ist für die Kinder schwieriger als Schwimmen“, sagt Krischel. Eine solide Grundausbil-

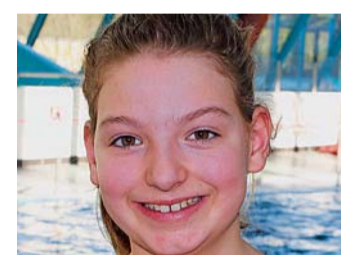
dung sei das A und O, betont er. „Wenn ich Kinder weiterbringen will, geht das nur über Technik“, sagt er. Haben die Kinder ihr Seepferdchen absolviert, kommen sie in die Fördergruppen, in denen sie auch andere Schwimmstile wie Rückenschwimmen und Freistil lernen sowie Startsprünge üben. Die Talente kommen weiter in die Wettkampfgruppe. Dann steht dreimal die Woche

Training auf dem Programm, „damit es etwas bringt“, sagt er. „Doch obwohl Sportler an Wettkämpfen teilnehmen: Die SFG versteht sich als Breitensportverein, betont Krischel. „Wenn wir nur auf Leistung trainieren würden, hätten wir nicht so viele Kinder“, sagt er. Doch haben auch Erwachsene Lust an Leistung. Aus dem seit zwei Jahren angebotenen Förderschwimmen für Erwachsene, den

so genannten Mastern, hat sich eine Gruppe herausgebildet, die auch an Wettkämpfen teilnimmt. Nachdem Kondition und Schwimmstil verbessert worden sind, erhalten die ambitionierten Sportler an zwei Trainingseinheiten pro Woche die Voraussetzungen, sich mit Kontrahenten anderer Verein zu messen. Vier Masterschwimmer, Ilka Hake, Andreas Glesius, Udo Valerius und Melanie Valerius, haben im

März 2018 an den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften teilgenommen und dabei zweimal Gold, zweimal Silber und dreimal Bronze errungen. Warum beginnen Menschen in der Mitte ihres Lebens nochmal mit einem neuen Wettkampfsport? Einer von ihnen ist der 49-jährige Raimund Kranz aus Zeltlingen-Rachtig. „Ich bin vom Marathon über den Triathlon zum Schwimmen gekommen. Schwimmen ist die einzige Disziplin, bei der ich noch nicht an Wettkämpfen teilgenommen habe.“

Christoph Strouvelle



Charlotte aus Rapperath, zehn Jahre: „Ich schwimme seit drei Jahren, weil man dabei im Wasser ist und ich nicht gerne laufe“



Lucy aus Veldenz, acht Jahre: Ich war schon bei Wettbewerben dabei und bin 25 Meter, 50 Meter und 100 Meter bei den Bezirksmeisterschaften geschwommen. Ich habe dabei immer vordere Plätze belegt.



Simon aus Kinheim, zehn Jahre: „Ich schwimme seit fünf Jahren. Dabei habe ich folgende Abzeichen errungen: Seepferdchen, Bronze, Silber, Gold, Totenkopf 2 für eine Stunde Dauerschwimmen und Totenkopf zwei für anderthalb Stunden Dauerschwimmen.“

EXTRA

Die Schwimmabteilung bei der SFG Bernkastel-Kues ist aktiv in den Bereichen Wettkampfschwimmen, Schwimmen und Lernen/Schwimmförderer. Mit 278 Mitgliedern gehört sie zu den mitgliederstärksten. Derzeit betreut das fünfköpfige Trainerteam Rainer Krischel, Wolfgang Baum, Claudia Grabedükel, Melanie Valerius und Marian Waggird acht verschiedene Seepferdchengruppen, vier Freizeitschwimmgruppen, drei Nachwuchswettkampfschwimmgruppen und ein Wettkampfteam. Darüber hinaus gibt es eine Vielzahl von Schwimmkursen für Baby, Kleinkinder, Jugendliche und Erwachsene. Mit der Hauptschule und der Grundschule Bernkastel-Kues hat die SFG Kooperationen vereinbart. Telefon: 06531/91199 melden.