

START SPRUNG

01

Ausgabe
2017

Das SG ESSEN - Magazin



321

DER
COUNTDOWN
LÄUFT

Nach Rio ist vor Tokio | S.18

INTERVIEW

S. 08 | Dorothea Brandt im Smalltalk mit
Oberbürgermeister Thomas Kufen

SCHWIMMSCHULE SG ESSEN

S. 23 | Der Start einer
Talentschmiede?



LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,



willkommen bei Ausgabe 2017 unseres Magazins STARTSPRUNG. Seit unserer letzten Ausgabe hat sich einiges im Essener Schwimmsport bewegt. Es gab herausragende sportliche Großereignisse und auch beeindruckende Erfolge der Essener Schwimmer. Die bedeutendste Sportveranstaltung waren natürlich die Olympischen Spiele in Rio de Janeiro. Vier Essener Sportler hatten sich für diese Spiele qualifiziert, was sicherlich als Erfolg zu werten ist. Dass die deutsche Nationalmannschaft zum zweiten Mal in Folge ohne Medaille von den Olympischen Spielen zurückkehrte, war sicher für den gesamten deutschen Schwimmsport eine Enttäuschung. Trotzdem sind wir stolz auf die Leistungen unserer Olympioniken Isabelle Härle, Dorothea Brandt, Christian vom Lehn und Damian Wierling, die den Standort Essen in Rio sehr gut vertreten haben.

Nach den Spielen ist bekanntlich vor den Spielen. Eine wichtige Frage war sehr schnell geklärt: Essen wurde frühzeitig wieder als Bundesstützpunkt Schwimmen bestätigt. Das ist eine ganz wesentliche Voraussetzung, um den Schwimmsport in Essen auf dem aktuell hohen Niveau zu halten. Aber das Niveau „nur“ zu halten, reicht nicht mehr aus, um international konkurrieren zu können. Im Deutschen Schwimm-Verband ist man sich einig, dass sich etwas verändern muss. Alle Verantwortlichen, und dazu gehört auch der Bundesstützpunkt Essen, sind nun gefordert, die Weichen so zu stellen, dass der deutsche Schwimmsport in Tokio 2020 erfolgreicher abschneidet als in Rio. Die Kriterien zur Qualifikation für Tokio werden sicher noch härter sein als für Rio. Es ist davon auszugehen, dass in Tokio wieder eine sehr kleine deutsche Mannschaft an den Start gehen wird. Wir sind jedoch zuversichtlich, dass trotzdem auch wieder Essener Schwimmer dabei sein werden.

Neben dem Hochleistungssport hat sich die SG Essen sehr intensiv mit dem Thema „Schwimmausbildung“ beschäftigt. Seit 2015 gibt es eine Kooperation mehrerer SG-Vereine, die über den Ausbildungsbetrieb in den eigenen Vereinen hinaus eine gemeinsame Schwimmausbildung ins Leben gerufen haben. Inzwischen hat sich der Großteil der SG-Vereine diesem Projekt angeschlossen und die „Schwimmschule SG Essen“ gebildet. Mit diesem Projekt wollen wir zum einen unserer gesellschaftlichen Aufgabe gerecht werden, denn als Schwimmverein haben wir die Pflicht, alles dafür zu tun, dass Deutschland kein Nichtschwimmerland wird. Die Meldungen dazu sind alarmierend und wir wollen dazu beitragen, dass der Trend sich dreht. Mit diesem Projekt wollen wir aber zudem auch unsere Basisarbeit für den Leistungssport verbessern. Die Basis für erfolgreichen Leistungssport wird sehr frühzeitig gelegt und das gilt insbesondere für den Schwimmsport. Unsere Schwimmschule steckt noch in den Anfängen, aber vielleicht entwickelt sie sich ja schnell zur Talentschmiede der SG Essen. In diesem Sinne hoffen wir, dass wir in der nächsten Ausgabe unseres Magazins über eine positive Entwicklung berichten können.

Ihr Bernhard Gemlau

Vorsitzender SG Essen



23 SCHWIMMSCHULE der SG Essen

08 DOROTHEA BRANDT IM SMALLTALK mit Oberbürgermeister Thomas Kufen

AKTUELLES UND TRENDS Neuheiten aus der SG Essen & dem Schwimmsport

05

BKK: PARTNER DER SG ESSEN Ein Interview mit dem Landesverband NORDWEST

12

TERMINE 2017 & SG ESSEN IN ZAHLEN Die wichtigsten Termine & Zahlen im Überblick

15

TERMINE 2018 Die wichtigsten Termine & Zahlen im Überblick

16

DER COUNTDOWN LÄUFT Nach Rio ist vor Tokio

18

WETTKAMPF-AUSRICHTUNG In Bildern

26

IMPRESSUM Kontakt & Redaktion

31

AM SPORT®

SPORTS NUTRITION

**MADE BY
REAL ATHLETES
MADE FOR YOUR
SUCCESS**



WWW.AMSPORT-SHOP.DE



AUSZUG UNSERER PARTNER



HIGH LIGHT YOUR SPORT

oktalite



Wir machen Licht für Retail.

Wir machen es komplett.

Wir machen es einfach!

www.oktalite.com

MEMBER OF  **TRILUX**
SIMPLIFY YOUR LIGHT.

AKTUELLES & TRENDS

AKTUELLES AUS DER SG ESSEN



Mit Beginn des Jahres 2018 wird es eine Veränderung im Trainerteam der SG Essen geben. In der Schwimmsschule soll eine F-Jugend aufgebaut werden, da sich hier die ersten Kinder zu Wettkampfschwimmern entwickeln. Die F-Jugend gibt es im Schwimmsport offiziell nicht, aber in anderen Sportarten wie im Fußball. Unterhalb der E-Jugend, in der die 8- und 9-jährigen Kinder eingeteilt sind, gehören der F-Jugend die 6- und 7-jährigen Kinder an. Die Organisation wird bis Ende 2017 Petra Wiskow übernehmen, die bislang für das Training der E-Jugend und die Vorbereitung auf die entsprechenden Mannschaftswettkämpfe zuständig war. Für die Ausbildung der E-Jugend konnten wir ab 2018 Jakob Krzywdzinski gewinnen, der bislang in einem kleinen Verein im Bergischen Land tätig war und dort nachweislich hervorragende Arbeit geleistet hat. In Verbindung mit der neu geschaffenen Gruppe der F-Jugend sind damit in Essen die Weichen für eine erfolgreiche Nachwuchsarbeit gestellt.

Beginnend im Jahr 2017 hat die Startgemeinschaft Essen mit der „Oktalite Lichttechnik GmbH“ einen Sponsorenvertrag abgeschlossen. Das Unternehmen ist Mitglied der „TRILUX – Gruppe“ und in Köln ansässig.

Seit über 30 Jahren macht „Oktalite Licht“ und ist dabei spezialisiert auf die Beleuchtung von Retailflächen. Unter diesem Gesichtspunkt werden Lichtkonzepte, marktgerechte Standard- und Sonderprodukte sowie Serviceleistungen entwickelt. Schwimmen und Licht, das passt gut zusammen: Eine wesentliche Eigenschaft des Lichts streben auch die Schwimmer an. Licht ist schnell mit knapp 300.000 km pro Sekunde. Die Schwimmer der Startgemeinschaft Essen hoffen, dass die Partnerschaft mit „Oktalite“ dazu beiträgt, dass auch sie noch schneller werden.



Die im Jahr 2015 aufgenommene Partnerschaft mit dem Unternehmen „Team Gesundheit“ wurde in diesem Jahr bereits zum zweiten Mal verlängert. Die „Team Gesundheit GmbH“ zählt zu den führenden Beratungs- und Dienstleistungsunternehmen im betrieblichen Gesundheitsmanagement und arbeitet bundesweit für mehr als 500 Unternehmen aus Verwaltung, Wirtschaft und Industrie. Das Unternehmen wird weiterhin die Trainingsgruppe „JEM–Jugendeuropameisterschaften“ unterstützen. Nachdem die Gruppe in den vergangenen Jahren die Partnerschaft auf ihren T-Shirts präsentierte hat, ist in diesem Jahr die Badekappe dazugekommen. Sport und Gesundheit, das ist eine ideale Verbindung und deshalb freut sich die Startgemeinschaft Essen sehr über die Verlängerung dieser Kooperation.



Kraftraum in Rüttenscheid wird erweitert

Generell haben die Schwimmer am Bundesstützpunkt Essen sehr gute Rahmenbedingungen für ihr Training. Gleich neben der Schwimmhalle mit Kraftraum liegt das Voll- und Teilzeit-

internat und das Helmholtz-Gymnasium ist auch gerade mal 100 m entfernt. Die kurzen Wege bringen eine erhebliche Zeitsparnis, was bei dem vollgepackten Tagesprogramm eines Leistungsschwimmers enorm wichtig ist. Das ist ein großes Plus gegenüber anderen Standorten. Ausbaufähig sind allerdings insbesondere die Größe und auch die Ausstattung des Kraftraums. Die zur Verfügung stehende Fläche reicht nicht für alle Gruppen aus, sodass ein Teil der Mannschaft das Landtraining am Beckenrand durchführen muss. Diese Situation wird sich im nächsten Jahr deutlich verbessern. Der bestehende Kraftraum erfährt einen Anbau von mehr als 100 qm und wird auch mit den entsprechenden Trainingsgeräten ausgestattet. Außerdem wird im Bereich der Schwimmhalle ein Wintergarten angebaut, wodurch die zur Verfügung stehende Nutzfläche ebenfalls um ca. 100 qm erweitert wird. Auf dieser Fläche wird zum einen weiterhin Landtraining unter besseren Bedingungen durchgeführt, zum anderen wird diese Fläche bei Veranstaltungen mit vielen Teilnehmern deutliche Entlastungen für Teilnehmer und Zuschauer bringen.

Wir danken der Stadt Essen für diese Maßnahme, mit der sie unterstreicht, dass sie daran interessiert ist, dass der Standort Essen auch in Zukunft ein Bundesstützpunkt im Schwimmen ist.



Speedo Unsere hydrodynamischste Schwimmbrille aller Zeiten. Diese verspiegelte Wettkampf-Schwimmbrille wurde mit der neuesten IQfit-Technologie für die besten Sportler der Welt entwickelt und überzeugt durch ihren perfekten, wasserdichten Sitz und die präzise Passform. Das hydrodynamische Flachprofil-Design der Wettkampfbrille minimiert den Widerstand im Wasser. Von der FINA zugelassen.

WEITERE INFOS AUF
WWW.SPEEDO.DE

AMSPORT® Diese Innovation vereint die Vorteile von AMINOSÄUREN und EKTROLYTEN in einer besonderen Rezeptur. Du willst deinen Körper auf eine Trainingseinheit vorbereiten, ihn im Training länger leistungsfähig halten und danach Regenerations- und Muskelaufbauprozesse gezielt unterstützen? Die AMSPORT AMINOELEKTROLYTMATRIX liefert dir wichtige Stoffe für deine physische und psychische Leistungsfähigkeit.

WEITERE INFOS AUF
WWW.MARK-WARNECKE.DE

Rechtlich ins Schwimmen geraten? Linten hilft.



Roland Rautenberger

- Ehemaliges Mitglied der SG ESSEN (u. a. Deutscher Jugendmeister auf 50 m Brust, Mitglied der Jugendnationalmannschaft)
- Fachanwalt für Verkehrsrecht
- Fachanwalt für Strafrecht



JL Linten Rechtsanwälte

Zweigertstraße 37/41 45130 Essen
Telefon: 02 01 / 72 09 10 Telefax: 02 01 / 79 78 17 info@linten.de
Besuchen Sie uns im Web: www.linten.de



DOROTHEA BRANDT IM SMALLTALK MIT OBERBÜRGERMEISTER THOMAS KUFEN

Gemeinsam für weniger Nichtschwimmer

Gemeinsam für weniger Nichtschwimmer:
Da laut einer Forsa-Umfrage mindestens
jeder zweite Grundschüler in Deutschland
nicht mehr richtig schwimmen kann, setzen
sich die Startgemeinschaft Essen und der
Essener Oberbürgermeister Thomas Kufen
für die Schwimmfähigkeit von Kindern ein.

Im Interview am Baldeneysee verrät der
Oberbürgermeister wie die Stadt Essen plant,
die Zahl der Nichtschwimmer zu reduzieren.

Herr Kufen, vielen Dank, dass Sie sich heute Zeit für uns und unseren Schwimmsport nehmen. An solch einem sonnigen Tag ist es hier am Baldeneysee besonders schön. Sind Sie öfters hier?

Ja, in letzter Zeit sehr oft. Essen ist „Grüne Hauptstadt Europas 2017“, da spielt der Baldeneysee eine große Rolle. Am Freitag bin ich erneut hier um ein Schiff einzuhüten, das komplett CO2-frei fährt.

Seit neuestem können die Essener und ihre Gäste wieder im Baldeneysee schwimmen. Ist dies für Sie eine weitere Attraktion unserer Stadt?

Ja, Essen ist damit auf jeden Fall um eine weitere Attraktion reicher. Das erste Mal seit über 40 Jahren darf wieder legal im Baldeneysee geschwommen werden. Zwar nicht an allen Tagen, da dies stark vom Wetter abhängt, aber dieses Jahr gab es immerhin schon 30 Badetage mit über 7.000 Besuchern. Es wird also sehr gut angenommen und ist sicher für viele Essenerinnen und Essener eine schöne Erinnerung an die Kindheit.

Waren Sie selber schon im Baldeneysee schwimmen?

Nein, bislang habe ich es leider noch nicht geschafft. Bei der Eröffnung im Mai war das Wasser noch zu kalt. Da habe ich Christian Keller vorgeschnickt.

Können Sie sich noch erinnern, wann Sie schwimmen gelernt haben?

Oh, das weiß ich gar nicht mehr so genau. Ich weiß nur, dass ich es auf dem klassischen Wege durch die Familie bzw. meine Eltern gelernt habe. Besonders mein Vater hat sehr stark darauf geachtet. Irgendwann sagte er beim Üben „Jetzt lass ich los“ und dann war ich auf mich alleine gestellt. Ich bin Jahrgang 1973 und damals gehörte es zum Bildungsauftrag der Eltern, den Kindern schwimmen beizubringen.

Eine Studie im Auftrag der DLRG besagt, dass mittlerweile jeder zweite Grundschüler in Deutschland nicht mehr richtig schwimmen kann. Daher hat die Stadt im letzten Jahr gemeinsam mit dem Essener Sportbund und der Universität Duisburg-Essen ein Projekt gestartet, um die Schwimmfähigkeit von Kindern zu verbessern. Wie ist hier der aktuelle Stand? Wissen Sie, wie das Angebot angenommen wurde?

Die Sport- und Bäderbetriebe der Stadt Essen haben eine eigene Studie in Auftrag gegeben, die das Schwimmverhalten der Viert- und Fünftklässler untersucht. Im Moment stellen wir fest, dass in diesem Alter 17 % der Kinder nicht richtig schwimmen können. Ergebnis der Studie ist außerdem, dass viel von der Motivation der Eltern abhängt. Und das stellt uns vor große Herausforderungen. Wir haben in Essen 22.000 Flüchtlinge aufgenommen. Auch aus Regionen, in denen Schwimmen nicht Bestandteil der Kultur ist. Wenn Eltern ihren Kindern das Schwimmen nicht vermitteln, kommt es immer wieder zu lebensgefährlichen Situationen. Nicht nur die Schwimmfähigkeit, sondern auch die Fähigkeit zu Retten spielt eine wichtige Rolle. Auch hier gab es einige brenzlige Situationen, in denen nicht nur der Hilfesuchende, sondern auch der Retter sein Leben verloren hat. So etwas darf nicht passieren.

„Das Schwimmen – bzw. der Wassersport allgemein – hat einen sehr hohen Stellenwert in unserer Stadt.“ – Thomas Kufen

Man ist offiziell erst ein Schwimmer, wenn man 200 Meter am Stück schwimmen kann. Würden Sie das schaffen?

Das schaffe ich. Langsam aber stetig.

Soll das Projekt mit dem Essener Sportbund und der Universität Duisburg-Essen fortgeführt werden?

Wir arbeiten weiterhin eng mit dem Essener Sportbund und der Universität Duisburg-Essen zusammen. Auch die Studie läuft weiter und wir investieren intensiv in unsere Sportinfrastruktur. Wir haben das neue Sportbad Thurmfeld errichtet und sind derzeit auf der Suche nach einem neuen Platz für das Borbecker Hallenbad. Außerdem möchten wir an der Regattastrecke arbeiten. Das Thema „Schwimmen“ ist in Essen also sehr präsent.

Das stimmt. Wir als Startgemeinschaft Essen bilden in großem Maße Nichtschwimmer zu Schwimmern aus. Zum einen wollen wir dazu beitragen, dass Deutschland nicht zu einem Nichtschwimmerland wird. Mit einer gezielten Schwimmausbildung wollen wir zum anderen aber auch die Basis schaffen, Talente zu entdecken und weiterzuentwickeln,

damit wir sportlich erfolgreich sind. Wir waren mit vier Schwimmern und Schwimmerinnen in Rio und auch für Olympia in Tokio haben wir mit Poul Zellmann und Damian Wierling wieder zwei hoffnungsvolle Talente. Welchen Stellenwert hat denn für Sie der Schwimmsport in der Stadt Essen?

Das Schwimmen – bzw. der Wassersport allgemein – hat einen sehr hohen Stellenwert in unserer Stadt. Derzeit erweitern wir mit Hilfe von Bundes- und Fördermitteln das Bad in Röttenscheid. Wir investieren dort in einen neuen Kraftraum. Auch die Sportarten Rudern und Kanu spielen eine wichtige Rolle in Essen. Ich würde schon sagen, dass Essen eine Wasserstadt ist.

Häufig werden, ausgehend vom Sport, Dinge in das Berufsleben transportiert. Gibt es etwas, das Sie Sportlern oder Sportlerinnen aus Ihrem Alltag als Oberbürgermeister mitgeben können?

Sie sollen auf jeden Fall dranbleiben und den Sport weiter ausüben. Ich appelliere auch an die Arbeitgeber, dass Sie ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern den benötigten Freiraum für sportliche Aktivitäten geben. Wenn man sich umhört, wo Spitzensportler beschäftigt sind, wird oft die Bundeswehr oder die Polizei und nur ganz selten der öffentliche Dienst genannt. Ich bin als „Arbeitgeber Stadt“ also auch gefordert, Sportler stärker zu unterstützen, wenn Sie Interesse an der Arbeit bei uns haben.

Zum Beispiel mit einer guten Ausbildung. Als größter Arbeitgeber in der Stadt haben wir sicherlich auch andere Möglichkeiten als kleinere Betriebe. Für viele Sportler ist es nicht einfach, optimale Trainingsbedingungen zu haben und den Sport mit der Arbeit zu verbinden.

Apropos optimale Trainingsbedingungen: Sie haben einmal angedeutet, die Olympischen Spiele nach Essen bzw. in das Ruhrgebiet zu holen. Wie konkret sind die Pläne?

Es gibt eine große Bewegung, um die Olympischen Spiele an Rhein und Ruhr zu bringen. Nicht nur von der Stadt Essen, aber ich bin mir sicher, dass Essen als eine der größten Städte Deutschlands dabei sein wird, wenn die Spiele im Ruhrgebiet stattfinden. Nach jetzigem Stand allerdings nicht mit der Disziplin Schwimmen, da diese Sportart in der Veltins-Arena in Gelsenkirchen stattfinden soll. Ich habe aber den Eindruck, die Schwimmer sind durchaus angetan von dieser Meldung. Wenn es nach der jetzigen Planung

geht, bekommen wir auch tolle Sportarten in unsere Stadt. Wenn eine Trendsportart wie BMX zur Zeche Zollverein kommt, können wir ein ganz anderes Image von Essen präsentieren.

Der Charme der Olympischen Spiele an Rhein und Ruhr ist ja auch, dass keine neuen Sportstätten gebaut werden müssen, sondern dass man auf die vorhandene Infrastruktur zurückgreift. Und für mich als Oberbürgermeister spielt die Infrastruktur natürlich eine wichtige Rolle. Ich habe die Hoffnung, mit den Olympischen Spielen an Rhein und Ruhr die eine oder andere Verkehrsstruktur in der Region, z. B. im Nahverkehr, verbessern zu können. Aber es werden keine teuren Tempel gebaut, die hinterher verfallen, wie man es zum Beispiel in Brasilien oder in anderen Ländern gesehen hat. Ich glaube, das ist ganz wichtig, um die Akzeptanz der Bürgerinnen und Bürger zu erhalten.

Wenn Sie Freizeit haben und nicht am Baldeneysee sind, was machen Sie dann?

Ach, ich kann auch mal gar nichts machen und mit der Joggingshose auf der Couch liegen. Da habe ich kein Problem mit.

Das geht mir genauso, finde ich sehr sympathisch. Das war dann auch die letzte Frage. Vielen Dank, dass Sie sich Zeit für uns genommen haben.



„Ich appelliere auch an die Arbeitgeber, dass Sie ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern den benötigten Freiraum für sportliche Aktivitäten geben.“

– Thomas Kufen

SG ESSEN

UNSER PARTNER IM INTERVIEW



Interview mit **Karin Hendrysiak**
(Pressesprecherin BKK-Landesverband NORDWEST)



Seit vielen Jahren arbeiten der BKK-Landesverband NORDWEST und die SG Essen zusammen. Dabei verbindet besonders der gemeinsame Standort Essen: Vor Ort das Engagement und die sportlichen Interessen zu steigern, lautet das Ziel – besonders bei Kindern und Jugendlichen.

Frau Hendrysiak, der BKK-Landesverband engagiert sich stark in der Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen. Gemäß dem Motto „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“ setzen Sie sich für einen frühen Start in das „Sportler-Leben“ ein. Wieso liegt Ihnen dieser Aspekt so am Herzen?

Eine frühe Einbindung in die Gesundheitsförderung setzt das Fundament für ein gesundes Leben. Regelmäßiger Sport schützt beispielsweise vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Schwimmen zum Beispiel ist ein toller Sport, um den Körper ganzheitlich zu trainieren. Es ist wichtig, dass Kinder möglichst früh ein Bewusstsein für den eigenen Körper und den Wert gesunder Ernährung entwickeln, um die eigene Gesundheitsförderung aktiv mitzustalten.

An welchen Projekten beteiligt sich der BKK-Landesverband NORDWEST derzeit?

Es gibt einige Projekte, die wir unterstützen. Zum Beispiel das Handlungsprogramm „Bewegungs- und Gesundheitsförderung in Schulen in NRW“. Hier werden 5.500 Schulen mit ihren Lehrkräften, Eltern und Schülern angesprochen. In allen Schulbezirken sollen Berater/Innen im Schulsport

qualifiziert werden, die als Multiplikatoren wirken. Hierzu gehören z. B. regelmäßige Bewegungszeiten an Tagen ohne Sportunterricht. Ein weiteres Projekt, welches wir unterstützen, ist das Sporthelper-Programm. Hier werden gemeinsam mit weiteren Projektpartnern jährlich bis zu 8.000 Sporthelper/Innen im Alter von 13 bis 17 Jahren ausgebildet, die im Schulalltag eine Kombination aus Bewegung, Spiel und Sport vermitteln.

Was glauben Sie, wie man Kinder zu mehr Sport motivieren kann?

In erster Linie sollte Sport natürlich Spaß machen. Dann kommt die Motivation von ganz allein und die Chance ist am größten, dass er auch auf Dauer ausgeführt wird. Wichtig ist es außerdem, sich auch Pausen zu gönnen. Der richtige Mix aus Sport und Erholung wirkt sich enorm positiv auf die physische, psychische und soziale kindliche Entwicklung aus. Aktive Kinder sind ausgeglichener und arbeiten im Unterricht konzentrierter. Deshalb unterstützen wir zukünftig auch weiterhin Projekte zum Thema „Bewegung“ in Kitas und Schulen. Wir würden uns wünschen, dass die Kinder in einer oder auch in mehreren Sportarten aufgehen und ihre Leidenschaft entdecken.

Wie können speziell die Eltern ihre Kinder ermutigen, mehr Sport zu treiben?

Eltern besitzen eine wichtige Vorbild-Funktion und sollten diese auch nutzen. Es fängt schon bei kleinen Dingen an:

Oft bewegen wir unsere Kinder, statt sie sich selber bewegen zu lassen – z. B. werden sie oft mit dem Auto zu Freunden oder zur Schule gefahren.

Sie sagten, Sie würden sich wünschen, dass Kinder eine Leidenschaft zu einer oder mehreren Sportarten entwickeln. Haben auch Sie solch eine Leidenschaft?

Ja, ich bin schon seit Kindertagen leidenschaftliche Schwimmerin. Jeden Tag vor der Arbeit bin ich im Becken und schwimme meine Bahnen. Schwimmen stärkt nicht nur den Körper, sondern auch die Seele, denn das Wasser hat eine sehr entspannende Wirkung. Ich habe meine Passion definitiv im Schwimmsport gefunden.

WEITERE INFOS AUF
WWW.BKK-NORDWEST.DE

WICHTIGE ECKDATEN

Der BKK-Landesverband NORDWEST ist die Dachorganisation von 26 Betriebskrankenkassen (BKK) mit rund drei Millionen Versicherten mit Sitz in NRW, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein. 22 BKK haben ihren Sitz allein davon in NRW.

Wir – der BKK-Landesverband NORDWEST – vertreten unsere Betriebskrankenkassen gegenüber Behörden, Ministerien und Politikern. Wir bringen in Gesetzgebungsverfahren unsere Vorschläge ein und entwickeln innovative Ideen, welche die Effizienz und Qualität unseres Gesundheitswesens steigern.

Wir führen für die bei uns wohnenden Versicherten der Betriebskrankenkassen die Honorar- und Vertragshandlungen mit Ärzten, Zahnärzten, Krankenhäusern, Pflegediensten und anderen Leistungsabietern, damit unsere Versicherten die Möglichkeit haben, medizinisch optimal behandelt zu werden.

blancs

2X
IN DEINER
NÄHE



Blancs Rathaus Galerie Essen
Am Porscheplatz 2 | 45127 Essen
Öffnungszeiten: Mo - Sa 09:00 - 20:00 Uhr

Blancs überzeugt!

als neues und modernes Shop-Konzept mit über 3.000 preiswerten Artikeln. Ob edler Stift, lustige Grußkarte oder spannendes Bastelzubehör, bei Blancs ist für jeden etwas dabei!

... schau doch vorbei!



Blancs Rüttenscheid
Krawehlstr. 1 | 45130 Essen
Öffnungszeiten: Mo - Fr 09:00 - 19:00 Uhr
Sa 09:00 - 18:00 Uhr

schreiben.schenken.kreativ

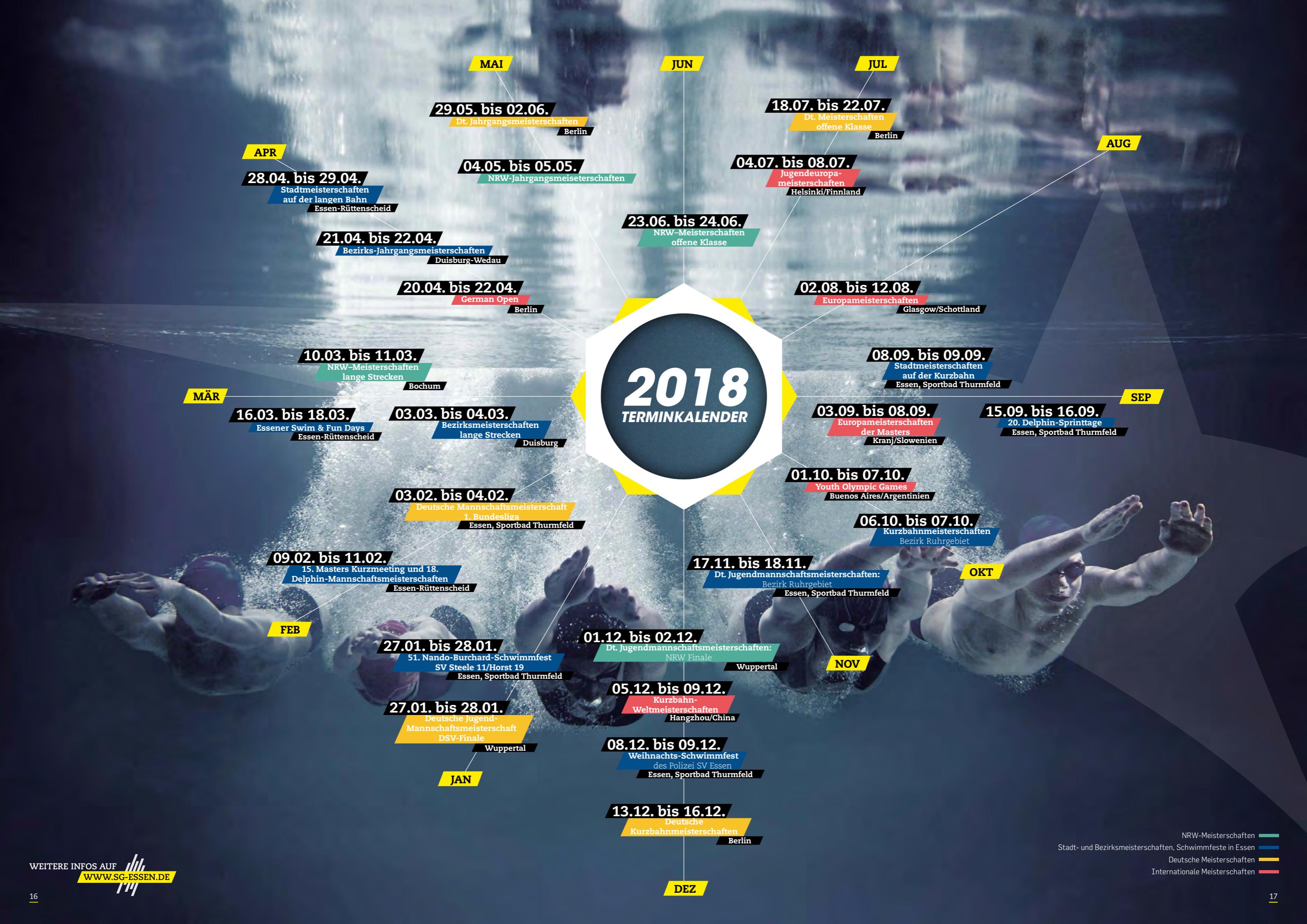
Sportlichkeit



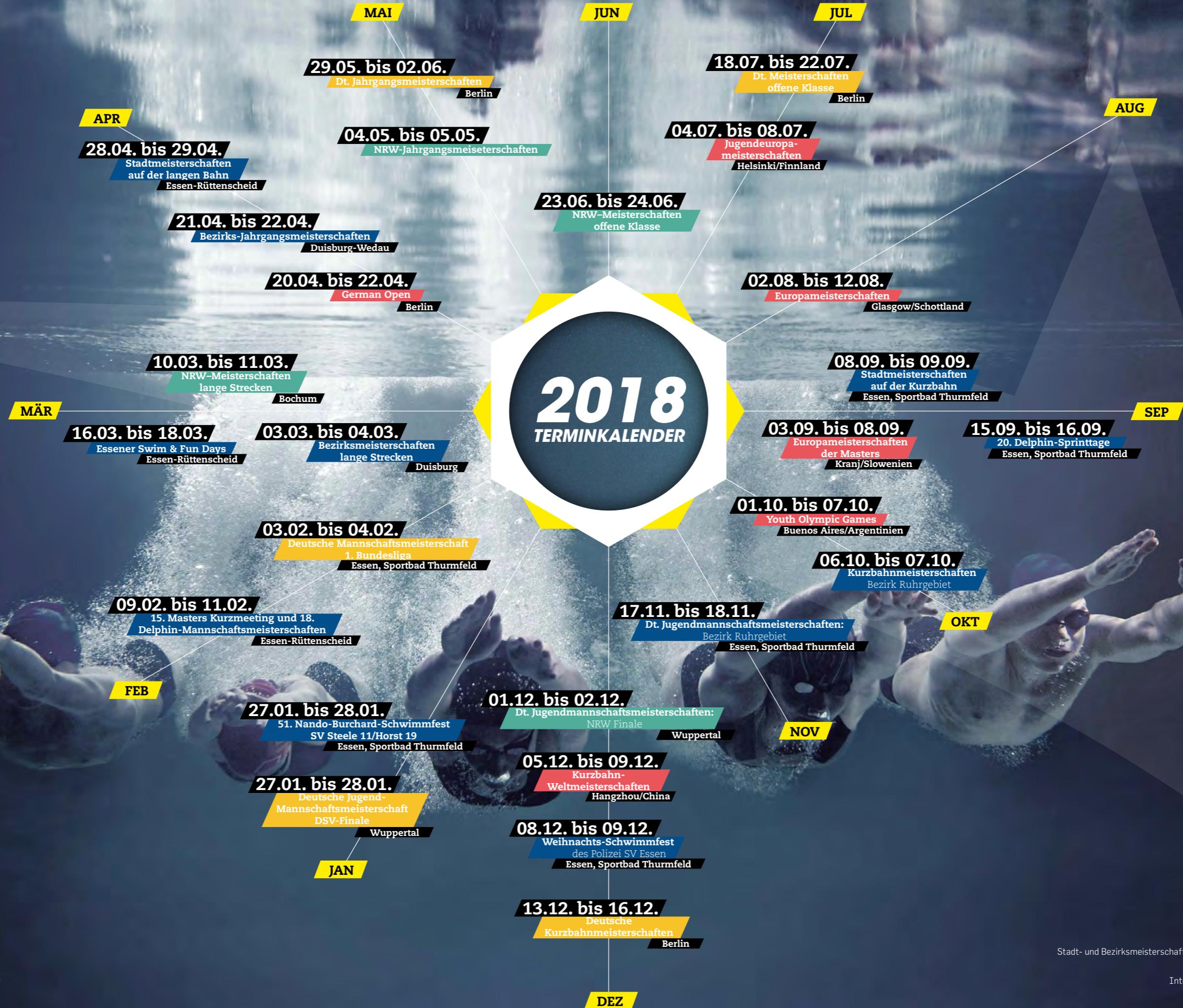
Gut versichert:
Die Betriebskrankenkassen in NRW.

www.bkk-nordwest.de | www.bkk-webtv.de





2018 TERMINAKALENDER





DER COUNTDOWN LÄUFT



Nach Rio ist vor Tokio

Nach Rio ist vor Tokio: Wer sich für die Olympischen Spiele qualifiziert, hat dafür sehr hart gearbeitet und viele Entbehrungen auf sich genommen. Gutes Geld verdient im Schwimmsport kaum jemand. Man tut es der Sache wegen, für den Traum von der Teilnahme an den Olympischen Spielen, dem größten und bedeutsamsten Sportereignis im Leben eines Sportlers. Wer zu den Olympischen Spielen fährt, fährt nicht dorthin, um einen netten Ausflug zu machen; wer zu den Olympischen Spielen fährt, will sein Bestes geben.

Aus meiner Sicht lautet daher nicht die Frage: Warum habt ihr keine Medaillen in Rio geholt? Sondern: Was können wir für euch Schwimmerinnen und Schwimmer tun, die ihr vier Jahre lang – aus eigener Motivation und nicht aufgrund finanzieller Anreize – hart trainiert und auf vieles verzichtet habt, damit ihr bessere Möglichkeiten habt, um euch optimal vorzubereiten. Rio ist nicht vergessen, aber die Leistungen unserer Schwimmerinnen und Schwimmer haben mittlerweile eine realistische Einordnung erhalten. „Die Essener Teilnehmer haben die Erwartungen erfüllt“, erklärt Stützpunkt-Chefin Nicole Endruschat. Punkt.

Isabelle Härle sorgte mit Platz 6 über die 10 km für die beste Platzierung aller deutschen Schwimmerinnen und gehörte damit mit Paul Biedermann, Philip Heintz und der männlichen 4x200 Freistil-Staffel, die auch allesamt Platz 6 im Finale erreichten, zu den erfolgreichsten deutschen Schwimmern.

Routinier Dorothea Brandt hat im Orchester der internationalen Top-Sprinterinnen im Rahmen des realistisch Machbaren mitgemischt.

Nachwuchstalent Damian Wierling – nominiert aufgrund seines fulminanten Auftritts bei den Deutschen Meisterschaften mit 2 Titeln und einem Deutschen Rekord – hinterließ eine deutliche Duftmarke für Tokio 2020.

Christian vom Lehn verhalf – gemeinsam mit Damian Wierling – der 4x100 Lagen-Staffel zum Finaleinzug. Als erfahrene Trainerin konnte Endruschat sehr genau trennen, was in Rio realisierbar war und was wünschenswert gewesen wäre. Geliefert wurde, was realisierbar war und sogar ein Stückchen darüber hinaus.



DER COUNTDOWN FÜR TOKIO LÄUFT

Im Schwimmzentrum Essen-Rüttenscheid, einem von 5 Bundesstützpunkten in Deutschland, ziehen zahlreiche Schwimmer der deutschen Schwimmelite fleißig ihre Bahnen. 9–10 Mal wöchentlich sind sie im Wasser, zusätzlich an 5–6 Tagen in der Woche im Kraftraum. Kaum eine Sportart hat einen vergleichbar hohen Trainingsaufwand wie der Schwimmsport.

Trotz aller Anstrengung ist die Stimmung gut. Tokio scheint im nacholympischen Jahr weit weg zu sein. Von der Entfernung her, ja: Beinahe 10.000 Kilometer weit entfernt ist Tokio von Essen, wenn man die Strecke aus der Luft betrachtet. In den Köpfen und in den Herzen der Athletinnen und Athleten und in ihren Trainingsplänen sind die Olympischen Spiele 2020 in Tokio am Olympiastützpunkt Essen-Rüttenscheid längst angekommen.

„Die Normen (Anm. d. Verf.: für die Olympiaqualifikation) werden noch etwas härter werden“, erklärt Nicole Endruschat, „aber wir werden die Herausforderung annehmen, denn wir wollen nach Tokio!“ Im nacholympischen Jahr hatten sich die drei SG Essen-Asse Max Pilger, Damian Wierling und Poul Zellmann zunächst anderen Disziplinen zu widmen als dem Schwimmen: 7 Wochen hieß es für Damian und Max marschieren, schießen, zelten unter freiem Himmel und die Stube sauber halten. Auch für die Mitglieder der Sportkompanie ist die Grundausbildung Pflicht. Poul – bereits seit einem Jahr Sportsoldat – hatte einen mehrwöchigen Lehrgang in der Bundeswehrkaserne in Warendorf zu absolvieren. Disziplin und Durchhaltevermögen – kein Thema für Schwimmer. Ohne diese Tugenden wären die drei als Schwimmer nicht so weit gekommen – an die internationale Spitze im Schwimmsport. „Training geht in der Grundausbildung nicht“, erklärt Nicole Endruschat, aber das sei im nacholympischen Jahr „nicht das große Problem“. Trotzdem sei es Damian Wierling gelungen, sich für den Olympiakader zu qualifizieren. In den Olympiakader werden Schwimmerinnen und Schwimmer aufgenommen, die bei Weltmeisterschaften mindestens auf den 8. Platz oder bei Europameisterschaften mindestens eine Bronzemedaille erschwommen haben. Neben dem Olympiakader hat der DSV noch einen Perspektivkader aufgestellt. In

dem sind vor allem junge Talente, denen man perspektivisch Chancen auf eine Olympiateilnahme zutraut. Poul Zellmann, Max Pilger und Lisa Höpkin werden aller Wahrscheinlichkeit nach in diesen Perspektivkader berufen, eventuell auch noch Moritz Brandt. Die Weichen für die Olympischen Spiele 2020 sind gestellt. Nun gilt es, die besten Rahmenbedingungen für die Vorbereitung auf die Spiele zu schaffen. Die vier Jahre zwischen zwei Olympischen Spielen werden Olympiacyklus genannt. Der Trainingsaufbau im Olympiacyklus ist abhängig von der jeweiligen Zielstrecke. Bei den Langstrecklern geht es darum, möglichst viele Meter zu machen; bei den Sprintern stehen die Geschwindigkeiten und die Intensität in den Serien im Vordergrund. „Ein Sprinter muss sich sehr, sehr viel in seiner Wettkampfgeschwindigkeit bewegen“, erklärt Nicole Endruschat. Um die Trainingsbedingungen am Bundesstützpunkt Essen-Rüttenscheid zu verbessern, wird im Jahr 2018 der Kraftraum erweitert. Ziel ist, dass die Athleten „noch zwei Jahre vor Tokio unter den verbesserten Bedingungen trainieren können“, erklärt Bernhard Gemlau, Vorsitzender der Startgemeinschaft Essen.

Messpunkte und Meilensteine für die Athleten auf dem Weg zu den Olympischen Spielen in Tokio werden sein:

1.) die Europameisterschaften (50 m) vom 01.–12.08.2018 in Glasgow (Großbritannien) und 2.) die Weltmeisterschaften (50 m) 2019 in Gwangju (Südkorea).

Neben gemeinsamen Trainingslagern will der Deutsche Schwimm-Verband wieder spezielle Projekte aufsetzen. Geplant ist wieder ein Staffel-Projekt. Im Staffel-Projekt werden potentielle Staffelteilnehmer gemeinsam Lehrgänge absolvieren, in denen u. a. die Staffelstarttechnik optimiert werden soll. Die Athleten sollen aber auch als Team näher zusammenrücken, um sich im Training und bei geplanten gemeinsamen Wettkämpfen zu pushen. Ziel ist es, die Qualität innerhalb der Staffel zu erhöhen. Mitglieder dieser Staffelprojekte werden Damian Wierling und Lisa Höpkin für die 100 m Krauldistanz sein, im Projektteam der 4x200 m Staffel sind Poul Zellmann und Moritz Brandt beteiligt, aber auch einige Nachwuchsschwimmer aus der Juniorennationalmannschaft, darunter auch der Neu-Essener Alexander Eckervogt. Bei den Olympischen Spielen in Tokio möchte der DSV sowohl bei den Damen als auch bei den Herren mit einer 4x 100 m Freistilstaffel und mit einer 4x 200 m Freistilstaffel gegen die internationale Konkurrenz antreten. Daneben ist ein Sprinter-Projekt geplant.

Bei dem Sprinter-Projekt soll mit Hilfe der Trainingswissenschaft vermehrt am Start und an den Tauchphasen sowie an der Kraft gearbeitet werden. Gesetzt für das Sprinter-Projekt sind Damian Wierling und Lisa Höpkin.

UNSERE HEISSESTEN KANDIDATEN FÜR TOKIO



DAMIAN WIERLING

LISA HÖPINK

MAX PILGER

POUL ZELLMANN

Was erwartet die Cheftrainerin am Bundesstützpunkt Essen von den Olympischen Spielen in Tokio?

„In Tokio werden wir uns auf perfekt durchorganisierte Spiele freuen können“, erklärt Nicole Endruschat, „auf eine gute Organisation und auf perfekte Bedingungen.“ Die Japaner werden mit einer Super-Schwimmstaffel antreten.

Wer von der SG Essen hat eine erweiterte Chance zur Teilnahme an den Olympischen Spielen?

Das Freiwasser-Nachwuchstalent Jeannette Spiwoks wird es sehr schwer haben, sich für Tokio zu qualifizieren. Im Gegensatz zu den vielen verschiedenen Strecken im Becken sind im Freiwasser nur die 10 km olympisch. Außerdem erfolgt die Qualifikation nicht national, sondern nur durch Platz 1–10 bei der WM 2019 ist man direkt für Tokio qualifiziert. Sollte das keiner deutschen Schwimmerin gelingen, gibt es noch eine weitere Chance bei einem Weltcup-Rennen. Dort hat dann aber nur noch eine Sportlerin pro Nation die Chance auf eine Qualifikation im zweiten Anlauf. Trotzdem arbeitet Jeannette aber natürlich täglich sehr hart und diszipliniert für ihren großen Traum, und wird dabei mit vielen Tipps von Isabelle Härtle unterstützt.

Sicherlich gibt es auch in der 2. Reihe noch einige Athleten in Essen, die von einer Olympiateilnahme träumen. Vielleicht gibt es ja da noch eine Überraschung.

Welche besonderen Anstrengungen werden noch unternommen?

Geplant sind auch Trainingslager, um möglichst oft unter optimalen Bedingungen trainieren zu können, um besondere

Reize zu setzen und auch einmal weg vom Alltagsstress zu kommen. Im Herbst dieses Jahres geht es z. B. für einige der Essener Top-Athleten für ca. 3 Wochen nach Australien. Dort werden sie sich verschiedenen Trainingsgruppen anschließen, um jeweils mit den besten Trainingspartnern für ihre individuelle Zielstrecke zu trainieren. Poul fliegt zum 400 m Freistil-Olympiasieger Mack Horton nach Melbourne. Damian sucht die Konkurrenz mit dem schnellsten australischen Sprinter Cameron McEvoy an der Gold Coast University. Max Pilger wird mit dem australischen Rekordhalter über seine Paradestrecke 200 m Brust in Sydney trainieren und Lisa geht zu Emily Seebohm nach Brisbane.

Im Januar ist dann ein DSV-Trainingslager in Südafrika geplant. Auch ist die Teilnahme an mehr internationalen Wettkämpfen vorgesehen, um sich mit der internationalen Konkurrenz zu messen. Diese internationalen Wettkämpfe sind ein wichtiger Baustein in der Vorbereitung auf die sportlichen Höhepunkte. Aber sie bringen auch große finanzielle Belastungen mit, bei denen die SG Essen schnell an Grenzen stößt. Gerade für Damian Wierling sind diese internationalen Wettkämpfe wichtig, da es aktuell in Deutschland keinen Schwimmer gibt, der annähernd seine Zeiten schwimmen kann. Letztlich wird sich das deutsche Tokio-Aufgebot auch öfter mal Richtung Osten bewegen, um sich an die Zeitverschiebung und an die Ernährungsweisen zu gewöhnen.

Zum Abschluss des nacholympischen Jahres geht es bei den Kurzbahn-Europameisterschaften 2017, die vom 13.–17. Dezember in Kopenhagen (Dänemark) ausgetragen werden, für die deutschen Olympiakandidaten zur Sache. Aus Essen wird Damian Wierling mit dabei sein. Poul Zellmann wäre zwar auch für die Kurzbahn-EM qualifiziert, muss aber in Diensten der Bundeswehr bei der zeitgleich stattfindenden Militär-WM in Rio de Janeiro an den Start gehen, genau wie Max Pilger und Dorothea Brandt.

Das Sprint-Ass und der Langstreckenspezialist waren bereits bei der Schwimm-WM in Budapest im Juli dieses Jahres für den Deutschen Schwimm-Verband am Start.

speedo

Fastskin

MADE FAST BY SPEEDO.
Made faster by me.



FASTSKIN LZR RACER X

Die richtige Wahl, um auf den Sprintstrecken Rekorde zu brechen.

Kompression	★ ★ ★ ★
Technologie	★ ★ ★ ★
Komfort	★ ★ ★
Strecke	<input checked="" type="checkbox"/> Sprint <input checked="" type="checkbox"/> Kurz <input type="checkbox"/> Mittel <input type="checkbox"/> Lang
Material	LZR Racer CompreX & LZR PulseLite



FASTSKIN LZR RACER ELITE 2

Perfekt für neue Bestzeiten auf Mittel- und Langstrecken.

Kompression	★ ★ ★
Technologie	★ ★ ★ ★
Komfort	★ ★ ★ ★
Strecke	<input type="checkbox"/> Sprint <input type="checkbox"/> Kurz <input checked="" type="checkbox"/> Mittel <input checked="" type="checkbox"/> Lang
Material	LZR Pulse+



Developed by
Speedo Aqualab



SCHWIMMSCHULE SG-ESSEN

Der Start einer Talentschmiede?

Mehr oder weniger zufällig kam es zustande, dass zunächst fünf Vereine der Startgemeinschaft Essen im Jahr 2015 beschlossen, eine gemeinsame Schwimmausbildung für Anfänger durchzuführen. Im Schwimmzentrum Rüttenscheid standen, bislang nicht genutzte Übungsstunden zur Verfügung, die möglichst allen Vereinen zu Gute kommen sollten. Da aber nicht genügend Kapazität vorhanden war, um allen Vereinen eine separate Übungsmöglichkeit zu geben, bot es sich an, etwas Gemeinsames zu machen. So wurde allen Vereinen der SG Essen angeboten, an einer Kooperation teilzunehmen. Fünf Gruppen machten davon Gebrauch und

so entstand das Projekt „Kooperation der SG – Vereine im Anfängerbereich“. Jürgen Voigt vom SC Aegir übernahm die Organisationsleitung. Sehr schnell stellte sich heraus, dass das Interesse zur Teilnahme an einer Schwimmausbildung im Umkreis Rüttenscheid sehr groß war und die Erwartungen deutlich übertraf.

Die Anmeldungen waren so zahlreich, dass die zur Verfügung stehende Kapazität im Schwimmzentrum schnell ausgeschöpft war. Im März 2015 war es dann soweit – mit 9 Übungsgruppen von jeweils 12 Kindern wurde das Projekt gestartet.

WETTKAMPFSPORTLER HELFEN ALS ÜBUNGSLEITER MIT

Natürlich benötigt man für eine solche Maßnahme auch eine Menge Übungsleiter. Zusätzlich zu den Übungsleitern, die von den beteiligten Vereinen gestellt wurden, konnten auch noch aktive Leistungsschwimmer für dieses Projekt begeistert werden. Michelle Lambert, mehrfache Medaillengewinnerin bei Deutschen Meisterschaften, gehört bereits zum Stammpersonal der Ausbildungsriege, genauso wie Delaine Goll, die schon an den Jugend-Europameisterschaften teilgenommen hat.

Die Frage, warum sie sich bei dem Projekt engagieren, beantworten sie so: „Wir wissen, dass viele Kinder nicht schwimmen können und möchten helfen, dass dieser Zustand sich ändert. Es ist schön anzusehen, wie die Kinder sich entwickeln und das macht uns stolz, dass wir so etwas schaffen. Außerdem investieren wir viel Zeit in den Leistungssport. Da bringt die Arbeit mit den Kindern eine willkommene Abwechslung und bereitet uns viel Spaß“.

Auch aktive Masterschwimmer konnten in die Ausbildung mit eingebunden werden. Als Beispiele sind Anke Bauer, Jürgen Burmann und Hannelore Schwarz zu nennen, die seit Beginn des Projektes dabei sind. Mit ihrer großen Erfahrung sind aktive und ehemalige Leistungsschwimmer bestens geeignet, um die Schwimmanfänger so auszubilden, dass der Grundstein für eine Entwicklung zum Wettkampfschwimmer zumindest möglich ist.

AUSWEITUNG DER KOOPERATION AUF WEITERE SCHWIMMBÄDER

Aufgrund der großen Nachfrage wurde die Kooperation in den letzten zwei Jahren auf weitere Schwimmbäder stark ausgedehnt. Dies war möglich, weil Vereine ihre Wasserzeiten für das Projekt zur Verfügung stellten.

Dafür sagen wir „herzlichen Dank“. Heute, im Jahr 2017, werden Kinder in 19(!) Übungsgruppen an das Schwimmen herangeführt. Darunter befinden sich auch zwei Eltern/Kind-Gruppen für Kinder ab 1 Jahr. Der Altersschwerpunkt liegt auf dem Bereich der 4-jährigen Kinder. In weiteren 14 Gruppen können die Kinder die erlernten Kenntnisse über das „Seepferdchen“ hinaus vertiefen.

GROSSE HERAUSFORDERUNG DURCH DIE FLÜCHTLINGSWELLE

Eine große Herausforderung für die Schwimmvereine entstand aus der Flüchtlingswelle im Jahr 2015. Sowohl Kinder als auch Erwachsene aus den Flüchtlingsländern können in der Überzahl nicht schwimmen. Aus diesem Grund wurde vom Landessportbund NRW ein gefördertes Projekt gestartet, in dem speziell Kindern und Erwachsenen mit Migrationshintergrund das „Schwimmen lernen“ angeboten wird. Der SC Aegir hat sich als Partnerverein im Integrationssport zur Verfügung gestellt. Seit September 2017 läuft dieses Projekt und wurde mit 5 Übungsgruppen gestartet.

GRÜNDUNG DER SCHWIMM-SCHULE IM OKTOBER 2017

Mittlerweile üben in der gesamten Maßnahme ca. 350 Kinder an 4 Wochentagen und werden dabei von 36 Übungsleitern betreut. Aufgrund der großen Ausweitung der Kooperation sowie des Beitritts weiterer SG-Vereine bei der Zusammenarbeit kamen die einzelnen Vertreter am 10. Oktober 2017 zu einer außerordentlichen Versammlung zusammen. Hier wurde der Beschluss gefasst, die in 2015 begonnene Maßnahme ab nun an als „Schwimmschule SG Essen“ zu bezeichnen.



TALENTE ENTDECKEN UND WEITERENTWICKELN

Trotz aller Erfolge der SG Essen können wir im Jahr 2017 selbstkritisch feststellen, dass die Nachwuchsarbeit ausbaufähig ist. Wir sind davon überzeugt, dass das Projekt Schwimmschule eine Maßnahme ist, die die Nachwuchsarbeit in der SG Essen verbessern wird. Ziel ist es, Grundlagen im Schwimmen nach einheitlichen Kriterien zu vermitteln und Nachwuchssportler für den Wettkampfbereich zu finden und zu fördern. Dabei gibt es begleitende Maßnahmen, die die Entwicklung der Kinder unterstützen sollen. Zum Beispiel werden für jedes Halbjahr Ausbildungsziele in den einzelnen Gruppen definiert. Nach Erreichen der Ziele erhalten die Kinder eine vorher festgelegte Auszeichnung oder ein Geschenk. Einmal je Halbjahr findet ein Schwimmen mit Eltern statt. Hier können die Kinder ihren Eltern die gemachten Fortschritte zeigen und mit den Übungsleitern in Kontakt treten. Darüber hinaus sind Freizeitmaßnahmen geplant. In den Herbstferien 2017 konnten die Kinder an einem Trainingslager in Portugal teilnehmen. Erste sportliche Erfolge sind bereits eingetreten. Von den Kindern, die im Jahr 2015 vom Nichtschwimmer zum Schwimmer ausgebildet wurden, nahmen in diesem Jahr schon einige an den ersten kindgerechten Wettkämpfen teil und zeigten dabei beachtliche Leistungen.

SG ESSEN – SCHWIMMSCHULE

Leitung: Jürgen Voigt
Geschäftsstelle: Planckstraße 42, 45147 Essen
Geschäftszeiten: Montag–Freitag: 10:00–13:00 Uhr
Telefon-Nr.: 0201 72 68 29 00
E-Mail-Adresse: schwimmschule@sg-essen.de
Homepage: www.schwimmausbildung.sg-essen.de

Schwimmstunden:

Montag: Schwimmzentrum Röttenscheid 16.00–19.00 Uhr
19.15–20.00 Uhr

Dienstag: Sportbad Thurmfeld 16.45–18.00 Uhr

Mittwoch: Lehrschwimmbecken Holsterhausen: 16.30–18.45 Uhr

Freitag: Lehrschwimmbecken Holsterhausen: 15.45–17.45 Uhr



ACTION & ERHOLUNG IM REVIER!

Planschen Sie doch mal im Swimming-POTT AQUApark Oberhausen.

- Längste X-Tube-Rutsche NRWs
- Black-Hole-Rutsche
- Flugrutsche
- Kinder-Erlebnisbereich
- Erleben Sie das weltweite erste Bergbau-Erlebnisbad direkt am Centro

AQUApark
Oberhausen

Heinz-Schleußer-Str. 1
46047 Oberhausen
direkt am Centro.

f /AQUAparkOberhausen
www.aquapark-oberhausen.com





WETTKAMPF-AUSRICHTUNG



IN BILDERN

Da kamen bei Nacht,
Ehe man's gedacht,
Die Männlein und schwärmt
Und klappten und lärmten
Und rupften
Und zupften
Und hüpfen und trabten
Und putzten und schabten ...

... und am Abend vor dem Wettkampf
ziehen die Heinzelmännchen die
Wellenkillerleinen ins Schwimmbecken
Ein Blick hinter die Kulissen

Es hat ein wenig von der Geschichte mit den Heinzelmännchen. Schwimmer und Schwimmsport-Fans kommen morgens zum Wettkampf in die Schwimmhalle; die Schwimmleinen sind gezogen, die Anschlagmatten hängen, auf der Anzeigentafel überm Wettkampfbecken werden bereits die Akteure des ersten Laufes angezeigt und der Starter führt einen letzten Test mit der Startanlage durch. Die Athleten können sich einschwimmen, die Trainer letzte Anweisungen an ihre Schwimmer geben, die Zuschauer können sich in der Cafeteria eine Tasse Kaffee und ein Brötchen holen und es sich auf der Tribüne gemütlich machen. Alles ist für das große Ereignis vorbereitet. Was für einen Schwimmwettkampf so alles vorbereitet werden muss, das soll jetzt einmal erklärt werden.



1



**ABSPRACHEN UND LANGFRISTIGE
PLANUNG ERFORDERLICH**

Ein Schwimmwettkampf, wie die Stadtmeisterschaften, benötigt natürlich einen angemessen Ort, an dem sie ausgetragen werden können. Da die Schwimmbäder in Essen vom Sport- und Bäderamt der Stadt Essen betrieben werden, muss der Veranstalter Absprachen treffen. Das geht nicht von heute auf morgen, sondern das bedarf einer langfristigen Planung. Alle Termine, die in einem der Essener Bäder stattfinden, werden ein Jahr im Voraus zwischen der Essener Sparte Schwimmen sowie den Sport- und Bäderbetrieben abgestimmt.

Die Stadtmeisterschaften 2017 auf der kurzen Bahn wurden im Sporthbad Thurmfeld ausgetragen.

Dass aus dem Sportbad Thurmfeld eine Wettkampfstätte wird und die Stadtmeisterschaften reibungslos ablaufen, dafür sorgen vor Ort der ausrichtende Verein und natürlich das Team der Sport- und Bäderbetrieben..





DAS MELDEERGEBNIS ALS LEITFADEN FÜR DEN ABLAUF



Stadtmeisterschaften sind ein sehr wichtiger Wettkampf auf kommunaler Ebene. Hier können sich junge Schwimm-talente zeigen und es ist eine wichtige Gelegenheit, um sich für Wettkämpfe auf der nächst höheren Ebene, dem Schwimmbezirk, zu qualifizieren.

Die Stadtmeisterschaften sind aber auch immer eine prima Chance, die Top-Athleten aus Essen, wie zum Beispiel Lisa Höpink, Damian Wierling und Poul Zellmann, in Aktion zu sehen oder sich gar mit ihnen zu messen.

Ein Schwimmwettbewerb wird lange vor dem Austragungstermin ausgeschrieben, damit die Schwimmvereine ihre Schwimmerinnen und Schwimmer melden können. In der Ausschreibung wird vom ausrichtenden Verein erklärt, welche Wettkämpfe zu welchen Bedingungen ausgetragen werden. Bei den Stadtmeisterschaften Essen haben sich 20 Vereine mit insgesamt 469 Teilnehmern für 1.588 Einzel- und 35 Staffelstarts bei den 28 Wettkämpfen angemeldet. Damit an den Wettkampftagen alle Beteiligten – Schwimmer, Trainer, Kampfrichter und Zuschauer – wissen, wer in welchem Wettkampf und Lauf auf welcher Bahn an den Start geht, wird ein Meldeergebnis erstellt. Das Meldeergebnis steuert den Wettkampf und ist damit der Leitfaden für den Ablauf. Früher musste so ein Meldeergebnis mühevoll von Hand zusammengestellt werden. Heute geschieht das mit einem Meldeprogramm am Computer.

4-6

**WENDEGITTER UND ANSCHLAGMATTEN
MACHEN AUS EINEM SCHWIMMBECKEN
EIN WETTKAMPFBECKEN**



Im Alltagsbetrieb sind sie nicht am Beckenrand zu sehen; um das Bad in den Wettkampfmodus zu bringen, sind sie unverzichtbar: die Wendegitter und Anschlagmatten.

Bei ihren blitzschnellen Rollwenden könnten die Schwimmerinnen und –Schwimmer zum Beispiel mit den Fersen auf den Beckenrand knallen und sich schwer verletzen. Daher müssen im Sportbad Thurmfeld Wendegitter bei Wettkämpfen montiert werden. Denn nur mit den Wendegittern an den Stirnseiten wird aus einem Schwimmbecken ein Wettkampfbecken.



Nach den Wendegittern werden die Anschlagmatten im Wettkampfbecken montiert. Sie befinden sich ebenfalls an den Stirnseiten der Wettkampfbecken. Die Anschlagmatten dienen der Zeitmessung. Diese Matten reagieren zwar auf die Berührung durch den Körper eines Schwimmers, nicht aber auf Spritzwasser – weil der Mindestdruck, der zum Auslösen des Zeitsignals führt, mit drei Kilogramm definiert ist. Die Anschlagmatten sind über Kabel mit den Computern im Protokollraum verbunden.

Dass die Zeit mit Hilfe der Anschlagmatten elektronisch erfasst wird, bedeutet aber nicht, dass auf eine Handzeitmessung verzichtet werden kann. Selbstverständlich stoppt im Wettkampf ein Kampfrichter die Zeit immer auch noch per Hand, falls die Elektronik mal ausfallen sollte.

7-8

**JEDO MENG LEINEN
UND FÄHNCHEN**



Dann müssen noch jede Menge Leinen im und über dem Wettkampfbecken angebracht werden. Für einen Wettkampf werden die einzelnen Bahnen durch Leinen, die die Wellen von den benachbarten Bahnen abhalten sollen, getrennt. Von den Schwimmern werden sie oft „Wellenkillerleinen“ genannt, weil sie im Gegensatz zu den üblichen Kugelleinen verhindern, dass die Wellen von den benachbarten Bahnen herüberschwappen. Der Athlet hat damit ruhigeres und somit schnelleres Wasser. Im Leistungszentrum Rüttenscheid sind die Leinen auf große Trommeln aufgerollt, im Sportbad Thurmfeld, sind sie im Hallenboden versenkt. Wellenkillerleinen zu installieren ist eine mühevole und vor allem feuchte Angelegenheit.

9-11

**... HIRN IM HINTERGRUND -
DER PROTOKOLLRAUM**



Dann muss noch jede Menge Technik rund um das Wettkampfbecken installiert werden. Der Protokollraum ist der Ort, von dem aus der Wettkampf organisiert und gesteuert wird. Im Protokollraum laufen alle relevanten Informationen – wie zum Beispiel die geschwommenen Zeiten – zusammen und werden verarbeitet, z. B. zum Ergebnisprotokoll. Das passiert einmal ganz old-school-mäßig per Hand. Zeitnehmer und Zielrichter schreiben ihre Ergebnisse auf einen Block, ein sogenannter „Läufer“ bringt sie in den Protokollraum und der Auswerter wertet den Zieleinlauf und die gestoppten Zeiten aus. Aber die ganzen Informationen fließen auch voll elektronisch durch die Schwimmhalle. Die Startaufstellungen der einzelnen Rennen werden auf der Anzeigetafel eingespielt, die Zeiten der einzelnen Schwimmer laufen von den Anschlagmatten in den Protokollraum. Damit die Daten durch die Halle flitzen können, müssen alle elektronischen Geräte über unzählige Kabel miteinander verbunden werden. Im Protokollraum laufen alle Daten zusammen. Er ist das Gehirn im Hintergrund. Ein Teil dieser technischen Ausstattung, die der Zuschauer zu sehen und zu hören bekommt, ist die elektronische Startanlage. Sie steht an einer Seite der Startbrücke. Wenn der Schiedsrichter das Rennen per Handsignal freigegeben hat, gibt der Starter über ein Mikrofon das Kommando „Auf die Plätze“ und startet das Rennen mit einem zeitgleichen Licht- und Tonsignal der Startanlage. Anschlagmatten, elektronische Startanlage, Anzeigetafel, Computer mit den Auswertungsprogrammen und Drucker für das Protokoll miteinander so zu verbinden, dass beim Wettkampf alles funktioniert, ist eine Kunst für sich.

9



10



12

**KEIN WETTKAMPF
OHNE SIEGERTREPPCHEN**



Bei einem Wettkampf fehlen darf auf gar keinen Fall das Siegertreppchen. Das Siegertreppchen ist ein dreistufiges Podest. Dabei steht der Sieger auf der höchsten Stufe in der Mitte, der Zweitplatzierte steht rechts neben dem Sieger und der Drittplatzierte links.

13

**AUCH DER VERKEHR IN
EINER WETTKAMPFSTÄTTE
WILL GEREGELET SEIN.**



Natürlich gibt es in einer Schwimmhalle, in der ein Wettkampfausgetragen wird, keine Ampeln. Aber egal ob Aktiver, Trainer oder Schwimmer – man sollte schon wissen, wo sein Platz ist.



Schwimmsportshop

ARENA • MARU • ADIDAS • SPEEDO • TYR • ARENA • MARU • ADIDAS • SPEEDO • TYR



Besuchen Sie unseren Shop im
Schwimmzentrum Rüttenscheid.

Wir bieten alles für den Schimmsport; z.B. eine große Auswahl an Badeanzügen / -hosen, Bikinis, Schwimmbrillen, Badelatschen und vieles mehr.

Erleben Sie unser Angebot an Schwimmsportartikeln für alle Wasserbegeisterten; vom Hobbysportler bis zum Leistungsschwimmer.

Stöbern Sie in einem unserer Läden oder auf unserer Internetseite.

Besuchen Sie einen unserer Verkaufsstände auf über 120 Veranstaltungen im Jahr.

Lassen Sie sich von unserem kompetenten Team beraten.

SWIM-TOTAL
Markus Sudau

45130 Essen
Von-Einem-Straße 77

Tel. 0201-8742877

Öffnungszeiten:

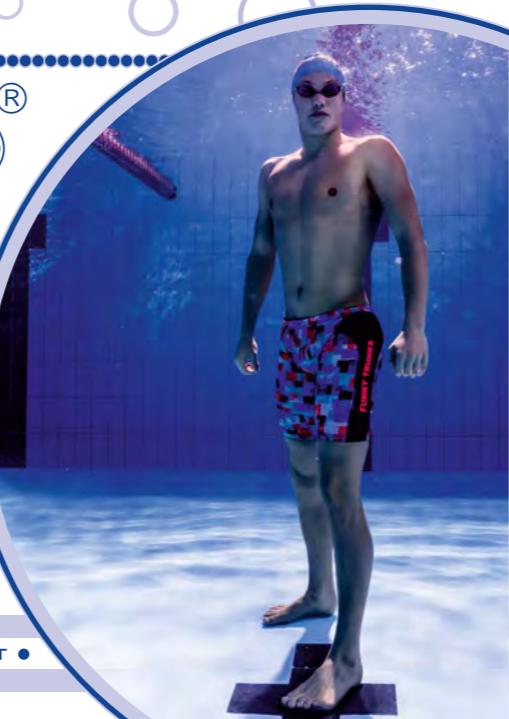
Di.-Fr. 15.30 Uhr bis 19.30 Uhr
Sa. 10.30 Uhr bis 14.30 Uhr

Mail: info@swim-total.de

Net: www.swim-total.de

Tel. Zentrale Recklinghausen: 02361-185100

MEDAILLEN • BEFLOCKUNGEN • TRAININGSEQUIPMENT •



start-design
Licht-Architektur · Licht-Engineering

Design Engineering Consulting

www.start-design.de

Geschäftsführer: U.Giebeler | R.Kensmann

„Eines der führenden Büros für Lichtplanung und Lichtdesign.“

STARTSPRUNG
"/' /' /' /'

**LUST
AUF MEHR?**

Gefällt Ihnen das Magazin der SG Essen?
Wünschen Sie sich, dass es regelmäßig erscheint?

Dann unterstützen Sie uns – für weitere tolle Themen, Infos und Storys rund um die SG Essen und den Schwimmsport!

SPENDEN SIE AUF DAS STARTSPRUNG-KONTO DER SG ESSEN:

Empfänger: SG Essen e.V.

Bank: Sparkasse Essen

Betreff: Spende SG Essen Startsprung

BIC: SPESDE3EXXX

IBAN: DE43 3605 0105 0001 1071 50

IMPRESSUM
"/' /' /'

VERTREten DURCH:

Startgemeinschaft Essen e.V.
Reckhammersweg 84
45141 Essen

Bernhard Gemlau (1. Vorsitzender)
Heribert Reese (Schatzmeister)
Stephan Gabrys (SG Koordinator)

TEL +49 (0)201-890 631 80
FAX +49 (0)201-632 58 97

E-MAIL sgessengemlau@aol.com
WEB www.sg-essen.de

Bildmaterial: Tom Stuckert, Frank Dursthoff, Speedo®

**KONZEPT, GESTALTUNG &
REDAKTION:**

Heyst GmbH
Max-Keith-Str. 33
D-45136 Essen

TEL +49 (0)201-689 190
FAX +49 (0)201-632 58 97

E-MAIL info@heyst.com
WEB www.heyst.com



Dabeisein ist einfach.



sparkasse-essen.de

Wenn der Finanzpartner ein Teamplayer ist und sich für große und kleine Sportler stark macht.

Wenn's um Geld geht



Sparkasse Essen