

Lehrgang SMK II:

Noch einmal Gas geben in Greene !!!

Nur eine Woche nach den erfolgreichen Bezirksjahrgangsmeisterschaften trafen sich unsere SMK-Schwimmerinnen und -Schwimmer wieder in Greene, um noch einmal für die Mehrkämpfe zu trainieren. Für eine sehr kleine Truppe von nur 14 Sportlern, da einige Wettkampfstarts zu absolvieren hatten und wir auch an der Grippewelle nicht spurlos vorbeigekommen waren, stand an diesem Tag ein intensives Training auf dem Plan, das ich gemeinsam mit Fabian Kregel leitete. Die Trockentrainingseinheiten waren mit Theorieblöcken gespickt, um die Wichtigkeit von richtiger Erwärmung und auch Ernährung noch einmal in den Köpfen zu festigen - mal sehen, ob uns das gelungen ist. Erwähnenswert für das Wassertraining ist auf jeden Fall der hohe Einsatz der Aktiven, die wirklich vorbildlich trainiert haben und auch den Tests mutig entgegentraten - und somit sicherlich erfolgreichen Mehrkämpfen entgegensehen!

Dabei waren an diesem Tag:

- Liv Mitze (MTV Gifhorn), Amon Bode (MTV Bad Gandersheim)
- Eileen Schulze, Michael Borkowski, Tim Mauersberger (TV Jahn Wolfsburg)
- Melina Schüttler, Kevin Fuhrmann, Milo Schiemann (Waspo 08 Göttingen)
- Katharina Sauer, Malte Ahrens, Raphael Irmer, James Hoffmann (SSG Braunschweig)
- Madeleine Schuster, Max Henrik Wüllner (ASC Göttingen)

Viel Erfolg bei den Landesjahrgangsmeisterschaften inkl. JMK nach den Osterferien! Nutzt Eure Trainingslager bis dahin! Für die Mädchen (2001) und die Jungen (2000) sind die Mehrkämpfe nach dieser Saison ja leider beendet, die „kleinen“ Jungen (2001) sehen wir im Sommer wieder!

Alexandra Janitzki