

Einstieg in den SMK

Für den zweiten Lehrgang der neuen Saison waren am 31. August die kommenden SMK-Schwimmerinnen und -schwimmer nach Goslar geladen. Während die Touristen den „Tag der Niedersachsen“ feierten, schwitzten unsere Aktiven im Aquantic, angetrieben von Nicole Krohn und Alexandra Janitzki. Für den Jahrgang 2001 männlich geht es in das zweite Jahr im Schwimmerischen Mehrkampf, der Jahrgang 2002 steht vor der Premiere.

Inhaltlich gab es eine bunte Mischung, so dass im Hinblick auf die Sprint- und Kurzbahnsaison neben Grundlagentraining auch Start- und Grundschnelligkeitstraining auf dem Programm standen, immer wieder gespickt mit Beinarbeit und vielen technischen Übungen. Beim Landtraining, das wir auf den Rasenflächen des Freibads absolvierten, standen Lauf- und Sprungübungen im Mittelpunkt, weiterhin gab es eine Einheit zur Dehnung. Draußen konnten wir leider kein „Möhrenziehen“ spielen, was große Traurigkeit besonders unter den Mädchen mit sich brachte, aber das holen wir nächstes Jahr in der Turnhalle nach, versprochen! Und bei den Ballspielen kam ja auch Stimmung auf.

Dabei waren an diesem Tag:

- Mette Bielefeld, Julia Sophie Steinmetz, Amon Bode, Kevin Fuhrmann, Fynn Kunze, Jarik Strelow (Waspo 08 Göttingen)
- Sophia Laborius, Lina Sander, Sari Thiel, Malte Ahrens, Bastian Graf, Raphael Irmer, Pascal Schröder, Leo Elias Seibt (SSG Braunschweig)
- Hana Lutz, Maxime Paul (BSV Ölper 2000)
- Sophie Kral (TV Jahn Wolfsburg), Ayumi Glass (SC Hellas Einbeck)

Bis zum nächsten Lehrgang!

Alexandra Janitzki