

## 11. Ostseecup vom 25.-27.2.2011 in Rostock

Siebenundzwanzig Aktive starteten auf dem ersten 50m-Wettkampf des Jahres in Rostock. Dreiundzwanzig davon reisten mit vier Trainern und erstmalig in drei angemieteten Kleinbussen mit der „Vereinsmannschaft“ und weitere 3 mit der TG4 u.2 des Hamburger Stützpunktes.

Nach kaum zwei Stunden Fahrt stellten wir fest, dass Rostock gar nicht soweit weg ist. Wir hatten noch kurz Zeit im Hotel einzuchecken und dann ging es auch schon gleich weiter in die Neptunschwimmhalle zum Einschwimmen.

Nach etwas Fußmarsch durch die weitläufigen Hallen und Umkleiden und „Sackgasse“ durch die 25-Halle kam auch jeder in der 50m-Halle an. Erstes Staunen: Gar nicht überfüllt .... wie angenehm!.

Am ersten Tag lief das Sprintschwimmen mit so vielen Schwimmern und hintereinander stehenden Trainern an der Marke noch etwas holperig. Leona, Leonie und Celine, die erstmalig mit der Vereinstruppe reisten, wurden dabei im Knäuel der Sprinter in ungewohnten Badekappen manchmal übersehen, aber wir arbeiten dran ☺.... Auch die Jüngeren waren nicht so ganz sicher, ob sie eine „Großen“ wegschubsen dürfen, wenn ihr Trainer den Arm zur Freigabe hob und überhaupt: Welcher Arm war eigentlich ihr Trainer? Nicht ganz einfach über die 25 m zu erkennen.



Und dann ging es auch „schon“ los um 20.00 Uhr Richtung Innenstadt zum Italiener. Plätze waren schnell gefunden, aber mit 27 Bestellungen und einem auch sonst vollen Haus, war der Gute etwas überfordert. Zwei Tische waren „schon“ fertig als der Trainertisch sein Essen bekam. Das war für den einen oder anderen schon ganz schön anstrengend. Müde aber satt ging es dann ins Hotel wo die Nachricht „Frühstück um 6.45 Uhr, Einschwimmen 7.30 Uhr“ wenig begeistert aufgenommen wurde. Trotzdem standen morgens alle pünktlich auf der Matte und nach einem leckeren Frühstück ging es auf in einen laaaaaaaangen 13-Stunden-Wettkampftag, der nur von einer 30 minütigen Wettkampfpause unterbrochen wurde. Das sind die Momente, wo man als Schwimmtrainer Fußball auch als eine zeitweilig akzeptable Sportart erachtet...



Dann ging es auch schon los. Viele Schwimmer starteten nach längerer Zeit mal wieder auf Langbahn über die kurzen Distanzen (50m R + B). Die Zeiten waren gut, allerdings schaffte es an diesem Tag kein SGSler in die Offenen Superfinals auf diesen Strecken. Eine der vielen Lenas (in diesem Fall „Hansematz“) verschmähte den kurzen „Kinderkram“ und orgelte über 800m in neuer Bestzeit, die schon mal schneller als die Kurzbahnzeit war. Uwes Jungs wählten die gleiche Strecke oder 400 Lagen wie auch Celine.



Die Kleinen lieferten überwiegend eine Bestzeit nach der anderen ab auch bei den älteren gab es zufriedene Gesichter. Manch einer schnüffelte sich durch den Tag, lieferte dann aber trotz Erkältung

doch ganz gute Leistungen ab. Nach den Sprintstrecken des Vormittages über 50 S und 50 F glänzten die Damen gar mit etlichen Superfinalqualifizierungen für den Nachmittag.



Lydia und Natalia qualifizierten sich für beide Lagen und Bettina über die 50m Schmetterling.

Die Superfinals sind Ausscheidungsfinals bei dem nach dem ersten Lauf der schnellsten 6 Teilnehmer der offenen Klasse, die langsamsten zwei ausscheiden. Die anderen vier bewegen sich schwimmend oder laufend wieder an die Startseite. Nach 2 Minuten 45 läutet die frisch polierte Schiffsglocke die letzten 15 Sekunden vor dem ohne weitere Ankündigung folgenden Startbeep der nächsten Runde ein. Wieder

scheiden die letzten 2 aus und bei der dritten und letzten Entscheidung treten dann nur noch die letzten beiden gegeneinander an.

Lydia konnte dabei gleich beide Entscheidungen über Schmetterling und Freistil für sich entscheiden. Respekt! Auch Natalia schaffte es über Freistil in die Zweite Runde wie auch Bettina die zweite Schmett-Runde erreichte. Eine sehr erfreuliche Leistung unserer Sprinter-Mädels!

Eigentlich war es dann schon Abend, aber die 200 m Lagenentscheidung stand noch aus.

Vorwiegend die Jüngeren mussten sich noch hierzu noch einmal motivieren, was aber schnell gelang. Über diese Strecke qualifizieren sich die Jahrgänge 2000/99(w/m) u. 98 (nur m) für die Hamburger, Norddeutschen und deutschen Meisterschaften. Die „Hamburger Hürde“ wurde dabei von fast allen auf Anhieb genommen. An der „Norddeutschen“ arbeiten wir noch etwas.

Etwas früher, schon um 19.00 Uhr, ging es an diesem Tag direkt zum Griechen in den „Teepott Hellas“ nach Warnemünde. Einen kleinen Eindruck vom Strandbad bekamen wir da schon, aber der Blick auf die Ostsee blieb uns wg. Dunkelheit verwehrt. Das Restaurant an diesem Abend bewältigte die Aufgabe „27 Essen à la Carte“ souverän, gut gelaunt und bei gleichzeitiger „Lieferung“ aller Essen in knapp einer Stunde. Entsprechend munterer war die Stimmung an diesem Abend.



Der nächste Morgen und damit der dritte Tag begann etwas später und endete dafür früher ☺. Von nun an schien es der Veranstalter etwas eiliger zu haben. Die 400m Strecken wurden zusammengelegt und auch ohne war das Programm des Tages nur bis mittags ausgelegt.

Sportlich gesehen war dieser Wettkampf ein Erfolg. Viele Qualifizierungen für die kommenden Hamburger Meisterschaften und Bestzeiten wurden geschwommen. Auch einige Norddeutsche Qualifikationszeiten waren schon dabei.

So war die Stimmung gut und wir sind gespannt auf die nächsten Wettkämpfe. Viele Schwimmer sind in den März- Ferien in Fern- oder Heimtrainingslagern, so dass wir gemeinsam noch eine weitere Steigerung der Leistungen erhoffen.

06.03.11  
Claudia