

Schwimmer mit Bestzeiten

Bei der Regionalen Hallenmeisterschaft in Chur purzelten die Bestzeiten des SC Flös Buchs. Bei 90 Starts schwammen die 13 Schwimmerinnen und Schwimmer über 70 persönliche Rekorde auf der Kurzbahn im kantonalen Sportzentrum.

Schwimmen. – Entsprechend zufrieden zeigte sich im Interview der Trainer der Eliteschwimmer, Pascal Reich: «Wir hatten ein sehr gutes Wochenende, an dem die Ergebnisse unserer intensiven Arbeit deutlich wurden. Nach der Sommerpause haben wir den Trainingsumfang kontinuierlich angehoben und in den Herbstferien eine Woche im Sportzentrum Kerenzberg Ausdauer und Technik bei Start und Wende trainiert. Einige der Spitzenschwimmer haben ein weiteres Trainingslager in Appenzell gemeinsam mit dem Schwimmclub Unterland absolviert. Diese Zusammenarbeit setzen wir in unseren Morgentrainings von sechs bis sieben Uhr zwei-mal pro Woche fort.»

Kaderschwimmer überzeugten

Unter den vielen guten Leistungen ragten die Ergebnisse von Shane Buchs, Niklas Friederici und Tim Slanschek heraus. Die drei Schwimmer sind in diesem Jahr in das Re-



Ein starker Trainingsstand: Shane Buchs und die weiteren Flöser Eliteschwimmer überzeugen.

gionalkader der Ostschweiz aufgerückt und belegten diese Auszeichnung eindrucklich. Shane Buchs (Jahrgang 1993), unter anderem mit 58:38 Sekunden über 100 Meter Freistil, während Niklas Friederici (1995) mit 30:23 Sekunden auf der halben Strecke glänzte. Mit dieser Zeit kommen beide in ihrem Jahrgang auf Platz 2 der noch jungen Schweizer Rangliste 2008. Auf dieser Rangliste wird Tim Slanschek (1996) mit seinen exzellenten Zeiten aus Chur sowohl über 50 wie auch 100 Meter Freistil sogar den ersten Platz einnehmen. Ein eindrucksvoller Be-

weis des derzeitigen Trainingsstandes.

Jugendmeisterschaft als Saisonziel

Wie in diesem Jahr ist auch im 2008 das grosse Saisonziel die Schweizer Jugendmeisterschaft. Die drei Topschwimmer hatten sich in ihren Disziplinen die Teilnahme für den Wettkampf 2007 in Grand-Lancy bei Genf erkämpft, konnten aber noch nicht ganz an die Schweizer Spitze heranschwimmen. Shane Buchs schaffte es zwar in einige Finalläufe, aber nicht aufs ersehnte Treppchen. Dies soll 2008 in Winterthur anders werden.

Dass die Schwimmer noch Potenzial haben, zeigen kleine, aber ärgerliche Fehler. Über 400 Meter Freistil beendete Niklas Friederici, sehr gut in der Zeit liegend, bereits nach 350 Metern das Rennen. Er verlor wertvolle Sekunden, bevor er auf den Fehler aufmerksam gemacht werden konnte und die fehlenden 50 Meter nachholte. Dazu sein Trainer Pascal Reich: «Auch an der Konzentration müssen wir noch arbeiten.»

Auf die weitere Entwicklung der Schwimmerinnen und Schwimmer im SC Flös Buchs kann man gespannt sein.