

An der Kondition ist zu feilen



In guter Form: Die Junioren-Equipe vom SC Flös Buchs hat ihre Kür bereits im Griff.

Bild Robert Kucera

An den Regionalmeisterschaften in Buchs vermochten nicht alle Teams vom SC Flös zu überzeugen. Die Juniorinnen sind auf Kurs, auf die Buchser Elite wartet noch ein hartes Stück Arbeit bis zu den Schweizer Meisterschaften.

Von Robert Kucera

Synchronschwimmen. – Die Regionalmeisterschaften dienen vor allem der Standortbestimmung. Erstmals werden in einem Wettkampf Küren gezeigt und bewertet. Erfolge sind zwar gut für die Moral, doch noch wichtiger ist es, Erkenntnisse aus den Leistungen zu gewinnen. So gesehen ist die fehlerhafte Kür der Buchser Elite nicht mehr als ein Fingerzeig, dass im Hinblick auf die Schweizer Meisterschaften einige notwendige Verbesserungen zu tätigen sind.

Viele Fehler prägten die Kür

«Wir sind gut gestartet, mit viel Power», weiss Martina Bachmann zu berichten. «Danach schlichen sich Fehler im technischen und konditionellen Bereich ein», ergänzt eine der Wettkampfrichterinnen vom SC Flös Buchs, Monica Weder. Da sämtliche Unzulänglichkeiten im Rücken Bachmanns oder an der Oberfläche, als sie sich unter Wasser befand, passiert sind, hatte die Buchserin bis zuletzt ein gutes Gefühl. Doch das Mienen-

spiel der Trainerin Jewely Walton verhiess nichts Positives – was in der Notengebung der Wettkampfrichter so gleich schwarz auf weiss bestätigt wurde. Gleich von beiden Teams der Limmat Nixen Zürich wurden die Einheimischen geschlagen, eine Enttäuschung. «Wenn Buchs bis zum Schluss fehlerlos bleibt, wird das B-Team von Zürich geschlagen», bleibt Weder zuversichtlich. Sie weiss, dass das junge Team ihr Potenzial an den Regionalmeisterschaften bei weitem nicht ausgeschöpft hat.

Fortschritte erzielt

«Konditionell werden wir uns verbessern, da bin ich mir sicher», ist Bachmann optimistisch, dass in den wichtigsten Wettkämpfen der SC Flös brillieren wird. Zumal in der Technik Fortschritte erzielt wurden: «Die Kür ist besser als letztes Jahr. Wir schwimmen längere Figuren, bleiben mehr unter Wasser und haben schwierigere Elemente», so Martina Bachmann. Was bleibt, ist der Rückstand auf Schweizer Meister Zürich. Es klafft immer noch eine grosse Lücke, die nur schwer zu schliessen ist – denn die Konkurrenz schläft nicht und verbessert sich ebenfalls laufend.

Juniorinnen haben alles gegeben

Zu überzeugen vermochten in diesem regionalen Vergleich die Juniorinnen vom SC Flös Buchs. «Der Formstand ist sehr gut, was auch für die technischen Fähigkeiten gilt», lobt Monica

Weder. Für Trainerin Marina Kersting war dieser Wettkampf sehr wichtig. Denn ihre Schützlinge zeigten im heimischen Hallenbad ihre erste Kür in der neuen Kategorie. «Mit der Leistung bin ich sehr zufrieden, die Mädchen haben wirklich alles gegeben.» Dies sah man ihnen auch an. «Gegen Schluss wirkten Bewegungen und Ausstrahlung schwerer und nicht mehr so leicht wie zu Beginn», so die Analyse Weders. «Im konditionellen Bereich hat das Team noch zu arbeiten», ergänzt sie. Dies sieht auch Kersting so, die es mit Freude gesehen hat, dass die Juniorinnen zum Ende der Kür an ihren Grenzen angelangt waren.

Junges Team hat noch Zeit

Vor dem zweiten Wettkampfteil der Schweizer Meisterschaften liegen die Juniorinnen auf Rang sechs. «Wir wollen uns noch um einen Platz steigern», setzt die 25-jährige Trainerin die Messlatte hoch. Da die stärksten Zürcherinnen dieser Altersklasse in Buchs nur die Elite-Wettkämpfe bestritten, lässt sich nicht sagen, wie gross noch der Rückstand auf die Limmat Nixen ist. «Wir haben aber noch zwei Jahre Zeit, um zu siegen», so Kersting. Die Flöserinnen sind die Jüngsten in dieser Kategorie. «Es besteht nun mal ein körperlicher Unterschied zwischen einer 12- und einer 15-Jährigen», erklärt die Trainerin.

Dennoch muss die Leistung im Becken stimmen. Darauf achtet Marina

Kersting selbstverständlich und weiss was im technischen Bereich bis zu den Schweizer Meisterschaften der Juniorinnen, die vom 6. bis 8. Juni wiederum in Buchs stattfinden, zu tun ist: «Wir müssen die gesamte Fläche des Bades ausnützen. Ausserdem sollen die Schraubenbewegungen gleichmässiger erfolgen.»

Ranglistenauszug

Elite. Team: 1. Limmat Nixen Zürich I 76,381. 2. Limmat Nixen Zürich II 71,989. 3. SC Flös Buchs 68,121. – **Duett:** 1. Valeria Gobbi/Laura Ermano (Limmat Nixen Zürich) 76,773. 2. Sereina Richner/Audrey Canova (Limmat Nixen Zürich) 74,860. 3. Martina Bachmann/Marielle Hardegger (SC Flös Buchs) 72,866. 7. Matilda Wunderlin/Vera Gut (SC Flös Buchs) 66,963. – **Solo:** 1. Aline Bidlingmeyer (Limmat Nixen Zürich) 80,344. 5. Martina Bachmann (SC Flös Buchs) 75,830. 9. Audrey Kovatsch (SC Flös Buchs) 67,905.

Juniorinnen. Team: 1. SC Flös Buchs 64,966. 2. Limmat Nixen Zürich 63,478. – **Trio:** 1. Cassandra Ackermann/Valeria Rizzo/Nina Rohrer (SC Flös Buchs) 63,802. 2. Irene Gisler/Seline Zurfluh/Michelle Marty (Uri) 56,496. – **Duett:** 1. Jessica Accardi/Aylin Erdogan (SC Flös Buchs) 63,429. 2. Marina Ganci/Simone Ruckstuhl (Limmat Nixen Zürich) 63,096. – **Solo:** 1. Simone Ruckstuhl (Limmat Nixen Zürich) 64,777. 2. Jessica Accardi (SC Flös Buchs) 63,403. 3. Jeanine Sandbichler (SC Flös Buchs) 62,798.

Nachwuchs. Team: 1. SC Flös Buchs I 57,812. 2. Limmat Nixen Zürich 52,565. 3. SC Dübendorf 51,815. 4. SC Flös Buchs II 51,324. – **Duett:** 1. Milena Mechnig/Jennifer Siegfried (SC Flös Buchs) 58,080. 2. Anna Soboleva/Noemi Meili (Limmat Nixen Zürich) 55,714. 3. Selin Erdogan/Nadja Kipfer (SC Flös Buchs) 55,255. 4. Cristina Arioli/Indira Wasser (SC Flös Buchs) 54,114. – **Solo:** 1. Joelle Peschl (SC Flös Buchs) 59,511. 2. Milena Mechnig (SC Flös Buchs) 58,324.

Novizen. Team: 1. Limmat Nixen Zürich 50,757. 2. SC Dübendorf 49,328. 3. SC Flös Buchs I 47,361. 6. SC Flös Buchs II 41,101.