

# Am Synchronschwimmen geschnuppert

Während der letzten Woche hat der Schwimmclub Flös im Freibad Mühleholz in Vaduz einen Schnupperkurs im Synchronschwimmen angeboten. Der W&O war an einem Morgen dabei. Fazit: Das kreative Schwimmen macht Spass.

Von Sandra Schweizer

*Buchs/Vaduz.* – Ein wundervoller Sommertag hat schon etliche Besucher im Freibad Mühleholz Quartier beziehen lassen. Manche ziehen im Sportbecken schon ihre Bahnen, andere trinken erst noch einen Kaffee und lesen die Zeitung.

Sieben Mädchen stehen erwartungsvoll am Rand des tiefen Beckens mit den Sprungbrettern und -türmen, das normalerweise das Territorium wagemutiger Buben ist. Dahinter, nicht minder erwartungsvoll, zwei Mütter und ein Vater. Eine der Mütter, Manuela Noser, sagt: «Meine Tochter hat schon immer vom Synchronschwimmen geschwärmt. Dieser Schnupperkurs bietet nun eine gute Möglichkeit, es einmal zu probieren.» Stephanie Bachmann, Trainerin des SC Flös in Buchs, leitet den Kurs, der immer am Morgen stattfindet. Sie schickt die Kinder zum Aufwärmen ein paar Runden schwimmen. «So, ist allen nun warm genug?», fragt sie. Zur Antwort erhält sie ein zaghaftes, aber doch zustimmendes Kopfnicken. Es kann also losgehen.

## «Gutsch» Wasser in der Nase

Während die Eltern sich mit gedämpfter Stimme unterhalten, erklärt Stephanie Bachmann den «Schnupperin-



**Was im Wasser klappen soll, muss zwischendurch auch einmal auf festem Boden geübt werden:** Die Schnupperkurs-Teilnehmerinnen studieren mit ihrer Leiterin Stephanie Bachmann graziöse Hand- und Armbewegungen ein (links); am Ende des Kurses formieren sie einen Stern im Wasser (rechts).

Bilder Sandra Schweizer

nen», wie sie sich aufs Wasser legen, ohne unterzugehen, und welche kleinen Schwimmbewegungen dazu zu machen sind. Die Mädchen probieren es aus, kommen kurz zum Rand, versuchen es erneut. Auch wenn dem einen oder anderen sicher einmal ein «Gutsch» Wasser in die Nase schwappt – der Unterricht scheint allen Spass zu machen. Man hilft sich gegenseitig und beginnt bereits, ein bisschen zu fachsimpeln. Die Kursleiterin lässt die Kinder andere Figuren üben. Zuletzt werden kleine Choreografien – darunter ein Stern, welchen

die kleinen Teilnehmerinnen miteinander im Wasser formieren – versucht.

## Welche Figur ist die schönste?

Nach einer Stunde klettern die Kinder aus dem Wasser. «Es hat Spass gemacht mit euch», meint Stephanie Bachmann. Die meisten wollen am nächsten Tag wieder kommen. Saskia Elena zeigt, welche der Figuren ihr am besten gefallen hat. Möchte sie vielleicht im regulären Synchronschwimmclub mitmachen? «Das Synchronschwimmen gefällt mir sehr

gut», sagt sie. Allerdings sei sie schon im Schnellschwimmen. Da werde oft trainiert. «Beides zusammen wird vielleicht ein bisschen viel», bedenkt sie. Jennifer ist schon in einem der Synchronschwimm-Teams, dem hoffnungsvollsten, wie Stephanie Bachmann anmerkt, dabei. Heute Morgen ist sie unter anderem hier, um den anderen Kindern zu zeigen, welche Figur wie aussehen soll.

## Unbekanntes Synchronschwimmen

Werden die Synchronschwimm-Schnupperkurse auch angeboten, um

neue Schwimmerinnen zu finden? «Wir haben schon öfter Schnupperkurse durchgeführt», sagt die Leiterin, «nun wollten wir einfach einmal etwas während der Sommerferien machen. Es geht uns natürlich schon auch darum, das Synchronschwimmen bekannt zu machen. Viele Leute wissen gar nicht so genau, was das eigentlich ist.» Und wie ist sie mit den Kursen zufrieden? «Es macht Freude, mit den Kindern zu arbeiten», erklärt Bachmann, «sie lernen schnell. Ich glaube, wir haben in den Schnupperkursen ein paar Talente.»

