

Zu Wasser und zu Land in Scuol trainiert

Vom 10. bis 16. Oktober weilten die Synchronschwimmerinnen in Scuol, um im Rahmen des traditionellen Herbstlagers zu trainieren und sich intensiv auf die anstehende Saison vorzubereiten.

Synchronschwimmen. – Mit viel Eifer trainierten 24 Nachwuchsschwimmerinnen täglich bis zu sieben Stunden im Wasser und zu Land. Geübt wurden die Elemente für den ersten Testwettkampf, welcher am 31. Oktober in Altdorf stattfindet. Je nach Altersstufe ist das Bestehen einer der 12 schweizerischen Tests erforderlich, um an den nationalen Jugendwettkämpfen startberechtigt zu sein.

Das intensive Training hat den jungen Athletinnen ermöglicht, neue Techniken zu erlernen und an den Basiselementen zu feilen. Neben dem Techniktraining wurde auch an der

Choreografie der Küren für die kommende Wettkampfsaison gearbeitet. Und für die anstehende «Synchro Charts»-Gala Ende November mussten ebenfalls noch einige Küren einstudiert werden. Die Fortschritte, die in dieser Woche gemacht wurden, sind überzeugend. Für die Trainerinnen Deborah Jütz, Marina Kersting, Martina Egli und Monica Wyss war das Lager ein grosser Erfolg. Dazu Wyss, die die Jüngsten trainiert: «Ich bin mir bewusst, dass das Lager sehr streng war, und die Mädchen waren wirklich sehr, sehr müde am letzten Tag. Aber ich bin mehr als zufrieden mit der Leistung. Es wurde allgemein sehr effizient und hart trainiert.»

Austoben auf dem Eis

Als Ausgleich zum täglichen Training durften die Schwimmerinnen am Dienstagnachmittag mit Wasser in einer anderen Form experimentieren und sich in der Gurlaina, der einzigen Eis-

sporthalle im Engadin, austoben. Ein Dankeschön verdient haben sich die Küchenfeen Ingrid Göldi und Edith Dietemann, die alle jeden Tag mit feinsten Menüs und Desserts verwöhnten. Da wurden die wildesten Wünsche von den Augen abgelesen,

und sie scheuten sich nicht davor, für 30 Personen Pfannkuchen zu backen. Alle teilnehmenden Athletinnen haben viel gelernt in dieser Woche und sollten in der kommenden Saison im Synchronschwimmsport ein grosses Stück weiterkommen. (mw)



Erlebten ein intensives Trainingslager: Die Synchronschwimmerinnen des SC Flös in Scuol.