

www.schwimm-club.de

AquaNews

RSC

Vereinszeitung des Rüsselsheimer Schwimm-Clubs

2007





Liebe Kinder, liebe Eltern und Freunde des RSC,

am 23.03.2007 wurde ich als Nachfolger von Walter Gattinger zum 1. Vorsitzenden des RSC gewählt. Ich möchte mich denen, die mich noch nicht kennen, kurz vorstellen: Ich bin 48 Jahre alt, Vater von 4, mittlerweile erwachsenen Kindern, lebe mit meiner 19 jährigen Tochter in Rüsselsheim und habe jetzt, neben meinem Vollzeitjob in einem internationalen deutschen Großkonzern „endlich Zeit“ ☺ für den Verein als 1. Vorsitzender tätig zu sein. Trainer, aktiver Schwimmer und Wasserballer bin ich beim RSC schon seit 20 Jahren.

Es freut mich ganz besonders, dass aufgrund unserer kontinuierlichen Jugend- und Trainerarbeit unsere Aktiven in allen drei Sparten bei vielen Wettkämpfen auch in diesem Jahr wieder auf dem Siegertreppchen standen.

Neben den Kindern sind auch Sie, liebe Eltern, an diesem Erfolg maßgeblich beteiligt. Sie sind es, die sich die Zeit nehmen, ihre Kinder regelmäßig ins Training zu bringen, die zu den Wettkämpfen mitfahren und uns bei vielen Veranstaltungen mit ihrer tatkräftigen Hilfe unterstützen.

Ihnen allen einen ganz herzlichen Dank dafür.

Ich möchte mich auch bei unserem Vorstandsteam, allen Übungsleitern, Kampfrichtern, freiwilligen Helfern und all den lieben Menschen recht herzlich bedanken, die mit Ihrem persönlichen Einsatz in Sporthallen, Behörden und dem Schwimmbad ebenfalls mit zu unserem Erfolg beitragen.

Ich wünsche Ihnen allen besinnliche Weihnachtstage, für 2008 Gesundheit und viel Erfolg und freue mich auf eine weiterhin erfolgreiche und gute Zusammenarbeit.



Ihr Ingo Hühn
(1. Vorsitzender des RSC)

Impressum :

Herausgeber :

Rüsselsheimer Schwimm-Club 1954 e.V.
Geschäftsstelle
Nauheimer Straße 3a
65428 Rüsselsheim
Tel. 06142 / 301 7676
geschaeftsstelle@schwimm-club.de

Redaktion Ausgabe 2007:

Michael Schaffar (ms)
Autoren :
Tina Wurstbauer (tw), Heike
Gehlhoff (hg), Marie-Luise Ganz
(mlg), Heike Lehwald (hl), Katja
Flach (kf), Pia Bosche (pb)

Redaktionsanschrift :

RSC AquaNews Redaktion
Michael Schaffar
Im Grohfeld 10
65428 Rüsselsheim
Tel. 06142 / 81787
aquanews@schwimm-club.de

Auflage : 100 Stück

Jahresrückblick 2007

Aktivitäten des RSC im vergangenen Jahr

01./02.12.2007	Hessische Jahrgangsmeisterschaften in Fulda: Karina Martin und Selina Dindorf gewinnen 5 Medaillen
24.11.2007	HSV Süd - DMS Bezirksliga II in Viernheim: Die RSC Herren steigen auf !
17.11.2007	HSV Süd - DMS Bezirksliga I in Rüsselsheim : Die Damen belegen den 5. Platz
29.10.2007	Freizeitlager der Nachwuchsmannschaften auf der Ronneburg
31.08.- 02.09.2007	Die RSC Masters holen Bronze bei der Synchronschwimm-EM in Slowenien
25.08.2007	Ein Verein, drei Sparten! Im Hallenbad wird Neues ausprobiert.
05.07.2007	Clubmeisterschaften des RSC : Begüm Kombal und Nico Hammen siegen.
30.06.- 01.07.2007	Synchron-Masters holen Bronze bei deutschen Meisterschaften in Regensburg
23./24.06.2007	Nico Hammen wird in Gelnhausen hessischer Jahrgangsmeister über 200m Brust.
17.06.2007	RSC Synchronies starten bei den deutschen Jugendmeisterschaften in Karlsruhe
17.06.2007	Selina Dindorf nimmt am Bezirkskindervergleich der Schwimmbezirke in Neu-Isenburg teil.
01.-03.06.2007	Städtevergleich Kecskemet-Rüsselsheim.
01./02.06.2007	Hessische Meisterschaften im Synchronschwimmen in Rüsselsheim
17.-20.05.2007	Christina Rocca und Laura Ludwig starten bei den Deutschen Meisterschaften im Synchronschwimmen in Flensburg
17.-20.05.2007	Synchro Trainingslager in Freudenstadt
01.05.2007	Mairadtour des RSC
24./25.03.2007	Süddt. AK-Meisterschaften im Synchronschwimmen in Augsburg: Der RSC wird gewinnt den Titel im Trio.
23.03.2007	Jahreshauptversammlung 2007: Der neue Vorstand ist gewählt. Ingo Hühn wird neuer Erster Vorsitzender.
20.03.2007	Der RSC startet erfolgreich bei den Kreismeisterschaften, Robert Gehlhoff gewinnt sieben Titel.
21.02.2007	2 Teams des RSC qualifizieren sich für den hessischen Endkampf in Baunatal
17./18.02.2007	DMS-J des Bezirks Süd in Rüsselsheim

Der Vorstand des RSC nach der Jahreshauptversammlung 2007

Walter Gattinger wird Ehrenvorsitzender

(ms) Nach den Vorstandswahlen auf der Jahreshauptversammlung am 23. März 2007 in der Stadthalle Rüsselsheim setzt sich der Vorstand des Rüsselsheimer Schwimm-Clubs wie folgt zusammen :

1. Vorsitzender: Ingo Hühn	2. Vorsitzender: Peter Glatigny
1. Schriftführerin: Hella Czysch	2. Schriftführerin: Marion Hammen
Schatzmeisterin: Birgit Steinborn	Kassierer : Frank Becker
Sportliche Leitung	
Schwimmen: Heike Gehlhoff	Wasserball: Helmut Hammen
Synchron: Elke Lemgo	

Die Position des Pressewartes konnte nicht besetzt werden.

Die in der Jugendversammlung gewählten **Jugendwarte** Monika Irmer und Silke Dindorf wurden von der Mitgliederversammlung bestätigt.

Beisitzer: Jürgen Gäbler, Carmen Hempel, Heike Lehwald, Kristian Englert

Kassenprüfer: Helga Glatigny, Petra Gäbler

Der Ältestenrat setzt sich zusammen aus: Gisela Kuchenbuch, Gerda Ruhland-Vondran, Brigitte Gäbler, Walter Schaffar.

Aufgrund ihrer Verdienste für den Verein wurden Walter Gattinger zum Ehrenvorsitzenden und Helga Glatigny zum Ehrenmitglied gewählt.

Wer hat Lust auf Aquagymnastik?

Ein Sport für Jung und Alt! Für Jede/n geeignet!

Hallo. Ich bin Pia Bosche und leite seit ca. einem Jahr die Aquafitness Gruppe.

Wir sind eine Gruppe von 12 - 15 Teilnehmern und treffen uns jeden Dienstag von 19:30 bis 21:00 Uhr in der Hellen Keller Schule in Königstädten und jeden Freitag von 20:00 bis 21:30 in der Gerhart Hauptmann Schule in Königstädten. Wir sind eine gemischte, lustige Truppe und halten uns mit viel Bewegung im Wasser fit. Die Stunde ist auch für Teilnehmer ohne Schwimmerfahrung geeignet. Die Gymnastik findet in einer Wassertiefe bis ca. 1,80 statt. Wir bewegen uns mit und ohne Musik und gestalten die Stunden abwechslungsreich durch den Einsatz verschiedener Geräte wie Bretter, Nudeln, Bälle oder Schwimmärmelchen. Jeder kann mitmachen. Interesse? Kommt doch einfach mal vorbei. Wir freuen uns auf Euch!



Die Erwachsenen-Truppe

Habt Ihr noch Fragen? Dann wendet Euch einfach an Pia Bosche, Tel: 06142/885046 oder

bosche.pia@surfeu.de



Hessenmeisterschaften

HM die 1. - 23.-24-06.07 in Gelnhausen

(hg) Für diese Meisterschaft qualifizierten sich in diesem Jahr 12 vom 14 Schwimmerinnen und Schwimmer der 1. Mannschaft.

Da Nina Hempel (JG 91) unter länger anhaltenden Kniebeschwerden litt, konnte sie leider nicht an den Start gehen. Nico Hammen (JG 91) konnte in diesem Jahr gleich drei Medaillen erringen und seine Erfolge, 2. über 100 m B; 3. über 50 m B mit dem Hessenmeistertitel des JG 91 über 200 m B, krönen. Weiterhin schwamm Begüm Kombal (JG 91) jeweils über 50 und 200 m B auf den 4. Rang. Insgesamt schwammen die Schwimmer/innen 15 Bestzeiten auf der 50 m Bahn – bei 25 Starts.



v.l.n.r.: Dana Gäbler, Jasmin Czysch, Benjamin Schröder, Begüm Kombal, Roman Mukhin, Nico Hammen, vorne: Franziska Thuy, (n.i.B. Laura Roßmann, Ann-Kathrin Lanzrath, Annika Stickfort, Dorian Schäfer)



Nico Hammen
Hess. Jahrgangsmeister über
200m Brust

HM die 2. – 30.06.-01.07.07 in Dillenburg



(hg) Zu diesem Wettkampf qualifizierten sich 2 Schwimmerinnen der JG 94-95 und drei Schwimmer der JG 93 – 95. Diese gingen insgesamt 13 Mal an den Start und errangen dabei 8 neue persönliche Bestleistungen auf der 50 m Bahn.

Weiterhin konnten sich Paula Diehl (JG 98) sowie Selina Dindorf (JG 97) für den Jugendmehrkampf qualifizieren. Paula beendete diesen Wettkampf auf Platz 7 und Selina auf Platz 11 (bei jeweils 18 Starterinnen pro Altersklasse).

Im Bild zu sehen sind (v.l.n.r.) : Selina Dindorf, Martin Kohl, Paula Diehl, Robert Gehlhoff, Maria Steinborn, Antonia Hocks; n.i.B. Maximilian Thuy

(Fortsetzung folgt...)

Trainingsfreizeit vom 11.-17.08.2007 in Breitenbrunn

Schwimmer fahren bereits zum 5. Mal in den Sportpark Rabenberg



Das Mannschaftsfoto

(hg) Da unsere Schwimmabteilung von Jahr zu Jahr wächst, wurde zum 5. Jubiläum des Freizeitlagers die Teilnehmerzahl an unserer Freizeit auf 42 Schwimmerinnen und Schwimmer erhöht.

Um diese große Gruppe zu betreuen, führen in diesem Jahr 5 Trainer/innen mit.

Wie gewohnt wurde zwei Mal am Tag geschwommen. Außerdem tobten sich die Kleineren auf dem großen Freigelände beim Fußballspielen, Federball, Rundlauf und allem was ihnen so einfiel aus. Die Großen füllten ihren Tagesablauf mit Krafttraining, Hockeyspielen, Erholen und Musikhören aus.

Außerdem probierten wir in diesem Jahr die Kegelbahn aus. Nachdem Walter uns gezeigt hat, wie wir es nicht machen sollten, hatten alle sehr großen Spaß.



Das Wetter meinte es in diesem Jahr wieder gut mit uns und es konnte auch das beliebte Grillen wieder stattfinden. Besonders gut kam in diesem Jahr die Idee der Küchencrew an, zum täglich wechselndem, leckeren Essen, zusätzlich ein Nudelbuffet anzubieten, an dem sich alle Sportler nach Herzenslust und Appetit bedienen konnten.

Am Freitag stand dann der obligatorische Abschlusswettkampf auf dem Plan, den wir diesmal zur Freude aller in der kleinen Halle durchführten.

Die Zeit ist wieder wie im Fluge vergangen und die meisten der Neueinsteiger sind sich klar, dass sie im nächsten Jahr wieder dabei sind (das trifft hoffentlich auch auf alle anderen Teilnehmer zu)!

Für das kommende Jahr haben wir im Sportpark Rabenberg wieder vorbestellt und werden dann diese schöne Tradition fortsetzen!

Bericht vom 2. Eschborner Pokalschwimmen Der RSC gewinnt den Nachwuchspokal

(hg) Am 16.09.07 nahmen wir mit einer 35-köpfigen Mannschaft am 2. Eschborner Pokalschwimmen teil. Dieser Wettkampf war der Erste in diesem Halbjahr. Nach der langen Sommerpause und dem Trainingslager in Breitenbrunn, an dem viele Schwimmer/innen teilgenommen hatten, waren Trainer und Kinder gespannt auf die Ergebnisse.

Als wir um 9.00 Uhr in Eschborn eintrafen, schien die Sonne schon so schön, dass wir unser Lager teilweise schon draußen aufbauen konnten. Für die meisten Kinder des JG 98, war dieser Wettkampf die Feuertaufe über die 100 m Strecken. Hier setzten die Schwimmer/innen dieser Altersklasse ihre ersten offiziellen Bestmarken, denn im Training schwimmt es sich nun mal anders!

Die Größeren konnten ihren derzeitigen Leistungsstand überprüfen und sorgten ebenfalls für sehr viele neue Bestzeiten.

Antonia Hock, Martin Kohl (je 100 m Brust) und Roman Mukhin (50 m S, 100 m L) konnten sogar Pflichtzeiten für die Hessischen Meisterschaften und Jahrgangsmesterschaften auf der Kurzbahn erreichen.

Zur Mittagspause konnten wir dann feststellen, dass wir die Mannschaftswertung mit 23 Punkten vor dem Kelkheimer SC anführten.

Das gab vielen noch mal etwas Ansporn und alle gingen mit Feuereifer in die 2. Hälfte des Wettkampfes.

Dort startete im abschließenden Staffelwettkampf über 4 x 50 m Brust der Jungen der JG 96-99 auch eine Staffel des RSC. In der Besetzung Martin Steinborn, Christoph Gattnar, Christian Frank und David Irmer schwammen die Jungs zu einem unangefochtenen Sieg.

Einige Kinder ließen es sich dann auch nicht nehmen, die Siegerehrung bis zum Schluss anzuschauen, denn wir waren ja nun auf das Endergebnis gespannt.

Als wir dann mit 697 Punkten als Mannschaftspokalgewinner ausgerufen wurden, kannte der Jubel keine Grenzen! (2. - Kelkheimer SC 662 Punkte, 3. - Aqua - Sports Eschborn 500 Punkte).

Am Montag versammelten sich dann die meisten Teilnehmer zu einem Mannschaftsfoto im Hallenbad. Trotzdem ich das Ergebnis, zusammen mit einem kleinen Bericht und dem Foto an die Presse geschickt habe, war leider nur der übliche und dann noch stark abgespeckte Ergebnisteil zu lesen.

Das wird uns aber nicht hindern, mit unserer guten Nachwuchsarbeit weiter zu machen, und wir freuen uns alle schon auf den nächsten Wettkampf.



Sieger beim 2. Eschborner Nachwuchspokal 2007

Die Nachwuchsmannschaften waren auf der Ronneburg

Beliebtes Ziel für Freizeitlager



(mlg) Zum dritten Mal fuhren die Jungen und Mädchen des Rüsselsheimer Schwimm-Clubs in die Herbstfreizeit. Neues Ziel war dieses Jahr das Jugendfreizeitzentrum Ronneburg mit freiem Blick auf die Burg.

Die Anlage bietet in einem großen Sportgelände abgeschlossene Gruppenhäuser mit schönen Zimmern und viel Platz zum Spielen. Der Hit war klar die Minigolfanlage, die täglich von den Blättern befreit wurde.

Neben dem Schwimmen hatten die 25 Kinder im Alter von 7 bis 10 Jahren ausreichend Zeit, sich gruppenübergreifend kennen zu lernen, zum Beispiel bei einer kleinen Wanderung zur Ronneburg, durch die uns ein mittelalterliches Burgfräulein führte. Wir lernten wie tief der Brunnen ist, wie die Menschen auf der Burg lebten, viele Sprichworte wurden erläutert, bis dem Burgfräulein am Ende die Stimme versagte. Auf dem Heimweg wurden Stöcke gesammelt und abends entfachten die Betreuerinnen ein schönes Lagerfeuer. Heike hatte Teig vorbereitet und viele machten zum ersten Mal Stockbrot. Es wurden Lieder gesungen und am Ende noch der Sternenhimmel bewundert.

So viel Bewegung, frische Luft und Aktivitäten machten unsere Truppe hungrig. Das Essen war gut und wir waren immer die ersten in der Kantine. Das Nachholen wurde dann zur Mutprobe, wenn „die Großen“ nach uns kamen.

Die kurzen Wege vom eigenen Haus zum Hallenbad im Gelände und zum Essen im angrenzenden Haupthaus waren optimal und trotz der kurzen Bahn konnten die Kinder in dieser Woche vieles wiederholen und dazulernen. Manche bekamen im Wendentraining fast einen Drehwurm und andere tauchten nach vielen Startsprüngen zum ersten Mal wie ein Pfeil ins Wasser.



Einige stilistische Problemchen wurden durch den Vergleich von Lehrfilmen (wie es sein soll) und Videoaufnahmen während des Trainings (wie es ist) klar. Viel Spaß bereitete das Anschauen der Aufnahmen im „Rückwärtsgang“, vor allem bei den Startsprüngen.

Nach dem Schwimmen bestaunten wir regelmäßig die Gruppe der rhythmischen Sportgymnastik, die mit ihrer Kraft-Akrobatik zeigte, was Körperspannung bedeutet. In der gemeinsamen Disko zeigten sich bei unseren Mädchen aber auch ein paar Turn-Talente.

In dieser Woche sorgten noch kleine Tiere für viel Wirbel. Ein im Laub verlorener winziger Stofftier-Gecko in Herbstfarben wurde nach zwei Tagen Suche doch noch gefunden und Luisas Augen strahlten. Weniger amüsant fand es Lukas, als ihm ein kleines Tierchen in der Nacht sein Snickers angenagt hatte. Leider überlistete das Tierchen in der nächsten Nacht die Snickers-Mausefalle.



Die Teilnehmer am Freizeitlager Ronneburg 2007



Diese Woche war optimal – was will man mehr?
Achtung Ronneburg! Nächstes Jahr kommen wir wieder.



Hessenmeisterschaften (Fortsetzung)

HM die 3. – 20.-21.10.07 in Wiesbaden

(hg) Im 2. Halbjahr wurden die Hessischen Kurzbahnmeisterschaften durchgeführt. Die älteren Jahrgänge mussten dazu nach Wiesbaden „reisen“. Diesmal hatten sich 6 Schwimmer/innen qualifiziert und gingen insgesamt 11 Mal an den Start. Bei dieser Meisterschaft lief es für die Teilnehmer nicht so sehr gut und es konnte nur eine NPB erzielt werden (Nico Hammen, 200 m Brust). Die besten Platzierungen wurden durch Nico Hammen (JG91) je 5. über 50/100m B und 6. über 200 m B, sowie von Begüm Kombal (JG 91) – 100m B/6.; 50 m B/4. erzielt.

Weiterhin waren für den RSC am Start:

Annika Stickfort (50 m F/13); Jasmin Czysch (50 m R/10.); Roman Mukhin (50/100 F-10./13.//50/100 S- 10./11.); Benjamin Schröder (100 S/12.)

HM die 4. – 01./02. Dezember in Fulda

Eine Hessenmeisterschaft, mit viel Leid, Glück und etwas vorweihnachtlicher Freude



Die erfolgreiche Mannschaft

Martin Kohl, Selina Dindorf, Robert Gehlhoff, Karina Martin, Antonia Hocks

(hg) Am 01.-02.12.2007 fanden die diesjährigen Hessischen Jahrgangsmesterschaften der jüngeren Jahrgänge in Fulda statt. Aus unseren Reihen waren 5 Schwimmerinnen und Schwimmer für diese Meisterschaften qualifiziert. Alle Kinder fuhren am Freitagabend mit großem Kribbeln im Bauch nach Fulda.

Am Samstag begannen dann die Wettkämpfe für unsere Schwimmer erst einmal mit großem Leid. Robert Gehlhoff (JG 93) schwamm seinen ersten WK unter starken Schmerzen in den Knien und musste leider danach auf weitere Starts verzichten. Dann gingen für den RSC Karina Martin (JG 97) und Antonia Hocks (JG 95) sowie Martin Kohl (JG 94) über die 100 m Brust – Strecke an den Start. Dabei konnte Karina den 2. Platz erkämpfen und die Freude im Team war groß.

Zum Ende des Wettkampftages ging dann Selina Dindorf (JG 97) über 400 m Freistil an den Start. 325 m lief alles super und dann bahnte sich das Pech an. Selina zog den Endspurt an und wir Trainern ahnten nichts Gutes. Helmut reckte wild zwei Finger in die Höhe, um ihr zu signalisieren dass sie noch zwei Bahnen vor sich hat, aber Selina sah und hörte offensichtlich nichts. Sie schlug als Erste an und STAND! Aber auch die zwei Verfolgerinnen hörten auf zu schwimmen!!

Was folgte waren wilde Rufe der Trainer und Eltern aus drei Ecken des Bades -„WEITER SCHWIMMEN!!!“. Alle drei reagierten, schwammen die zwei restlichen Bahnen und machten dann trotzdem noch die Plätze unter sich aus. Selina wurde am Ende Dritte. Nach dem ersten Schock in der Mannschaft kam dann aber doch Freude über die Bronzemedaille auf und es sollten für Selina noch zwei weitere (100 + 200 m Lagen) folgen. Karina errang dann nach einem 3. Platz über 50 m Brust (der aber nur in die Mehrkampfwertung eingeht) und einem guten 5. Platz über 200 m Brust (nur 0,5 sec hinter dem 3.) nochmals eine Silbermedaille im Brustmehrkampf.

Antonia bestätigte zwei ihrer drei Qualifikationszeiten und Martin errang mit zwei Bestzeiten über 100 (11.) und 200 m Brust (5.) einen 6. Platz in der Mehrkampfwertung.

Das Wochenende wurde am Samstagabend durch einen Besuch auf dem Weihnachtsmarkt in der schönen Altstadt von Fulda abgerundet.

So ging das Sportjahr 2007 doch sehr erfolgreich für den RSC zu Ende. Und mir bleibt nur noch zu sagen, es ist mehr denn je notwendig, dass ein/e Schwimmer/in lernt bis 16 zu zählen (gelle, Robert, Dorian, Daniel, Selina...)!!!!!!!

Die Medaillengewinner von Fulda



Silber für Karina Martin



Bronze für Selina Dindorf

Vergleichswettkampf Rüsselsheim - Kecskemét

(hg) Jedes Jahr findet ein Treffen von Rüsselsheim und der Partnerstadt Kecskemét in Ungarn statt, bei dem sich die Sportler untereinander messen und kennen lernen. Dieses Jahr war das Treffen in Rüsselsheim.

Am Freitag dem 01.06.2007 sollte der Bus aus Kecskemét um ca. 17.30 Uhr in Rüsselsheim am Rathaus ankommen. Sie kamen etwas früher an und mussten daher auf uns warten. Als alle dort waren, wurden die Kinder den Familien zugeteilt. Es war eine seltsame erste Begegnung, da man sich gegenseitig noch nicht so gut verstand. Sobald sich alle gefunden hatten, fuhren die Familien mit ihren Gästen nach Hause. Dort wurde dann zu Abend gegessen, wobei wir uns schon näher kennen lernten.

Am Samstagmorgen war der offizielle Empfang der Stadt Rüsselsheim, an dem keines der ungarischen und deutschen Kinder teilnahm. Stattdessen bummelten wir in der Stadt und gingen auf den Handwerkermarkt. Später trafen wir uns zu einem Schwimmwettkampf im Hallenbad. Wir schwammen 12er-Staffeln in allen 5 Disziplinen (Delfin, Rücken, Brust, Kraul und Lagen). Die Kraulstaffel gewannen wir, in den anderen vier Staffeln wurden wir von Kecskemét geschlagen. Abends gab es einen Empfang in der Stadthalle mit einem gemeinsamen Essen. Anschließend wurden die Ergebnisse der einzelnen Wettkämpfe in den verschiedenen Sportarten bekannt gegeben und der Pokal ging nach einem Gleichstand wieder an Kecskemét.

Am Sonntagvormittag trafen wir uns am Waldsee zum Baden und Volleyballspielen, was sehr viel Spaß machte. Außerdem wurde gegrillt und Kuchen gegessen. Um 23.00 Uhr gingen die Gäste noch einmal ins Hallenbad, bevor sie dann wieder nach Hause fuhren.



DMS-J Hessenentscheid in Baunatal: Wir waren mit zwei Staffeln dabei!!

(mlg) Im Februar nahmen 7 Mannschaften des Rüsselsheimer Schwimmclubs an der Bezirksentscheidung des Staffelwettkampfes (DMSJ) teil.

Auch die weibliche E-Jugend war zum ersten Mal mit dabei. Das Ziel hieß: Durchkommen ohne Disqualifikation und dabei natürlich noch schnell schwimmen. Dieses Ziel meisterte die junge Mannschaft (alle Jahrgang 1998) sehr gut und wurde an diesem Tag Zweiter im Bezirk hinter der TG Rüsselsheim.



Abends kam dann ein Anruf von Heike Gehlhoff: „Was habt ihr in 2 Wochen vor? Ihr habt euch nämlich ins Finale geschwommen!“ Ehrlich gesagt hatte von uns keiner damit gerechnet, dass unsere 98-Mädchen die 4. schnellste Mannschaft in Hessen sein könnte. Auf diese tolle Mannschaftsleistung waren besonders stolz: Annika Becker, Paula Diehl, Vanessa Fritz, Katharina Ganz, Greta Piotraschke, Jessica Proß und Sarah Wende. Und natürlich die Trainerin Marie-Louise Ganz und alle Eltern, die dann schnell ein Wochenende in Baunatal organisierten.

Die Qualifikation traf auch die weibliche A-Jugend, mit Nina Hempel, Jana Kalmann, Begüm Kombal, Ann-Katrin Lanzrath und Laura Roßmann, die von Helmut Hammen trainiert wurden, wie aus heiterem Himmel.

Damit hatte niemand gerechnet, aber die Startberechtigung wurde natürlich wahrgenommen.

So starteten die Kleinen und die Großen am 3. März gemeinsam gen Norden. Bei den Großen waren gesundheitlich nicht alle topfit und dann fiel am Sonntag noch Ann-Kathrin nach einem Unfall beim Einschwimmen aus. Die Mannschaft schlug sich so geschwächt wacker, kam in fast allen Staffeln nur knapp hinter dem viertplazierten TV Dillenburg ins Ziel. Am Ende war es dann wieder der fünfte Platz, mit dem sie sich auch für den Endkampf qualifiziert hatten.

Die Kleinen waren samt ihrer Trainerin und den Betreuern erst mal sehr beeindruckt von der Atmosphäre auf Hessischen Meisterschaften. Zudem ist der Lärmpegel bei Staffeln immer sehr hoch und das über fast 2 Tage. Somit starteten die Mädchen etwas nervös im ersten Lauf des Tages über die Freistilstrecke. Hier und auf Brust wurden sie fünfter, bis die Rückenstrecke die Wende brachte: drittschnellste Zeit und zum ersten Mal schneller als die Mannschaft der TG Rüsselsheim. Nach dieser Motivationspritze war erst mal die Übernachtung in der Jugendherberge angesagt.

Am zweiten Tag begann dann die Aufholjagd auf den vierten Platz mit der Schmetterlingsstrecke, auf der sie erneut einen tollen dritten Platz hinter den überragenden Mannschaften aus Eschborn und Frankfurt erreichten! Im letzten Wettkampf, 4x50m Lagen, konnten wir die Mannschaft aus Darmstadt mit mehr als 7 Sekunden hinter uns lassen und damit reichte es in der Gesamtwertung wieder zum 4. Platz, mit einem hauchdünnen Vorsprung vor Darmstadt. Für ihren Einstand im „großen Wettkampfgeschehen“ hat sich die junge Mannschaft toll präsentiert und eine gesunde Portion Selbstvertrauen erlangt!

Uns allen hat das Wochenende Spaß gemacht und wir freuen uns, wenn es wieder heißt: Staffelwettkampf – Spring bloß nicht zu früh rein, sonst



Berichte von den Mannschaftswettbewerben 2007 DMS Bezirksliga Süd I

(hg) Am 17.11.2007 war der RSC Ausrichter der diesjährigen DMS Bezirksliga I des Bezirkes Süd. Unsere Damenmannschaft ging als Zweiter des Vorjahres in den Wettkampf. Da in diesem Jahr Fabienne Dilly vom aktiven Wettkampfsport zurückgetreten war und Saskia Poth, die sich nur noch auf das Synchronschwimmen konzentrieren möchte, nicht antrat, fehlten der Mannschaft zwei erfahrene Schwimmerinnen. Das Ziel war daher, mit einer jüngeren Mannschaft den Klassenerhalt zu schaffen und so viele Punkte wie möglich zu erreichen. Das wurde von der Mannschaft, die in diesem Jahr so manche Höhen und Tiefen zu meistern hatten (einige Sportlerinnen waren über längere Zeit verletzt und die Anforderungen in der Schule werden gerade für die Mädchen des JG 91 auch immer größer) recht gut bewältigt. In der Endabrechnung stand dann der 5. Platz und damit der Klassenerhalt mit nur 273 Punkten weniger als im Vorjahr zu Buche. Mit dieser Leistung konnten alle Beteiligten sehr zufrieden sein.



Bild: v.L. 1. R. Bianca Kolar, Maria Steinborn, Franziska Thuy
2. R. Helmut Hammen, Dana Gäbler, Jasmin Czysch, Nina Hempel, Annika Stickford
3. R. Ann-Kathrin Lanzrath, Laura Roßmann, Begüm Kombal
(nicht im Bild, weil nachträglich eingesetzt Selina Dindorf)

DMS Bezirksliga Süd II

(hg) Seit „Heikegedenken“ gab es dass noch nicht! Eine Männermannschaft steigt wieder in das DMS – Geschehen ein!

Am 24.11.07 fuhren wir mit einer hoch motivierten Mannschaft nach Viernheim, dem diesjährigen Austragungsort der DMS Süd – Bezirksliga II. Die Schwimmer wurden durch die Wasserballer - Jan Gäbler und Sebastian Opitz, dem Masters-Schwimmer - Gerhard Weber und durch den „Chef“

persönlich – Ingo Hühn, verstärkt. Der Wettkampf begann, wie bei der DMS üblich, lautstark und mit einem guten 3. Platz vom Roman Mukhin. Und dann starteten unsere Jungen durch. Nachdem Jan, übrigens war das sein erster Start bei einem offiziellen Schwimmwettkampf, mit seiner guten Leistung die Mannschaft auf den ersten Tabellenplatz gebracht hat, gaben wir diesen Platz über den gesamten Wettkampf nicht wieder her. Noch mehr motiviert wurden die Jungs durch den „Knaller“, den der Oldie Gerhard W. über die 100 m Brust (1:14,57 min) hinlegte. Danach schwammen die Jungs noch so manche persönliche Bestleistung und bauten die Führung immer mehr aus. Die wohl übelste Strecke, die 1500 m Freistil, wurde vom Jüngsten - Daniel Hupf (JG 94) und vom Ältesten – Ingo Hühn (JG 59) geschwommen, die diese mit Bravour meisterten. So konnte die Mannschaft ihren Punktestand kontinuierlich ausbauen und lag auch am Ende mit 13560 Punkten und damit 813 Punkten Vorsprung vor dem Zweiten auf dem ersten Tabellenplatz.

Damit war das Ziel, der Aufstieg in die nächsthöhere Liga, geschafft und die Herren werden dann im nächsten Jahr gemeinsam mit den Damen in der Bezirksliga I antreten.

Darauf freue ich mich persönlich schon heute, denn die Stimmung auf der DMS ist einfach genial – und dann wir sie nämlich doppelt genial!



Bild: v. L. 1. R: Ingo Hühn, Nico Hammen, Trainer- Helmut Hammen
2. R: Jan Gäbler, Robert Gehlhoff, Sebastian Opitz, Gerhard Weber
3. R: Benjamin Schröder, Daniel Hupf, Martin Kohl, Dorian Schäfer, Roman Mukhin



Synchronschwimmen

Bericht über die 43. Deutsche Jugendmeisterschaft im Synchronschwimmen in Karlsruhe

Pünktlich um 13.30 Uhr begannen am Freitagmittag, den 15.06.2007 die Deutschen Jugendmeisterschaften im schönen altbewährten Tullabad in Karlsruhe.

23 Vereine haben insgesamt 177 Aktive zur Teilnahme gemeldet. Stärkstes Starterfeld ist die AK C mit 95 Aktiven. Wie bei den Jugendwettkämpfen so üblich, waren die Pflichtübungen der erste Wettkampfteil in der AK C und anschließend um 18.00 Uhr in der AK A/B. Um 19.30 Uhr war der erste Wettkampftag endlich zu Ende. Darauf folgte noch die Auslosung der Startreihenfolge für die Kürwettkämpfe. Leider hatte ich beim Nummerziehen mal wieder kein glückliches Händchen, so hieß es für uns dreimal die Startnummer eins. Danach hieß es nur noch schnell etwas essen und dann ins Bett.

Samstagmorgen hat der Ausrichter die Türen für das Einschwimmen der Duette bereits um 07.45 Uhr aufgemacht. Somit war für unsere sechs Duettsschwimmerinnen das Frühstück, wie der Name schon sagt, sehr früh. Um 09.00 Uhr starteten Anika Langsteiner und Nathalie Leitzbach als Vorschwimmer. Aber sie machten ihre Sache sehr gut. Um 10.30 Uhr starteten dann die Duette der AK B. Hier mussten Johanna Klein und Saskia Poth als drittes an den Start. Sie schwammen ihr Duett sehr synchron, wir mussten nur leider feststellen, dass es nicht mehr ganz altersgerecht ist. So erschwammen sich die Zwei den 12. Platz. Um 12.00 Uhr startete unser drittes Duett in der AK A mit Josefine Eibes und Sarah Rocca. Sie zeigten uns eine hervorragende Leistung und belegten den 7. Platz.

Gleich nach den Duetten ging es weiter mit den Gruppen. Auch hier waren wir in jeder Altersklasse vertreten. In der AK C starteten, wieder mit Startnummer eins, Romina Rocca, Julia Ludwig, Anika und Nathalie. Mit einer hervorragenden Kürleistung erschwammen sie sich den 10. Platz. Als letzter Programmpunkt des Tages gingen die Gruppen der AK A/B ins Wasser. Bei unserer Gruppe schwammen Saskia Heisters, Sarah Degenkolb, Liga Birze, Laura Ludwig, Saskia, Johanna, Josefine und Sarah. Sie zeigten uns eine super Kür und belegten damit den beachtlichen 7. Platz. Wir gratulieren Euch.

Am Abend hat der Ausrichter nach all den Anstrengungen zu einem Grillabend ins Fächerbad eingeladen. Es hat superlecker geschmeckt, Salat aller Machart, gegrilltes Putenfleisch, Steaks, Würstchen und Kartoffeln waren im Angebot. Nur der Wettergott war uns nicht hold; eine schwarze Wolke zog langsam immer näher und dann regnete es auch schon. Frau Hennig hatte extra einen Eiswagen für den Nachtsch bestellt, in der Hoffnung auf schönes Wetter. Aber dem Wetter zum Trotz, das Eis hat auch im Regen lecker, lecker geschmeckt.

Sonntag waren der Tag der Solistinnen und der Kombination. Hier beschlossen wir, dass auch wir es nächste Saison mal mit einer Kombination versuchen werde.

Es war für uns ein toller Saisonabschluss. Und es macht immer wieder Spaß mit der kompletten Mannschaft auf Reisen zu gehen.

Bericht von Heike Lehwald

13. Internationale Deutsche Meisterschaften der Masters im Synchronschwimmen 30.06. – 01.07.2007 in Regensburg

Es ist eigentlich nichts außergewöhnliches passiert..... Aber!!!



Die erfolgreiche Mannschaft

(tw) Mit einer Stunde Verspätung trafen wir uns wie geplant an der Walter Köbel Halle, um dann festzustellen, dass noch dies und das fehlt. Somit haben wir einen kleinen Umweg über Königstädten nehmen müssen, um auf die Autobahn nach Regensburg zu fahren. Dank unseres mobilen Staumelders Carsten sind wir zwar nicht auf dem direkten Weg, aber ohne 35 km Stau zu unserem Ziel gelangt. Angekommen im Hotel in Regensburg und einem kleinen Absacker an der Bar, ging es direkt ins Bett. Nach einem erlebnisreichen Morgen in der Altstadt von Regensburg, die im übrigen sehr schön ist und einer Massenabferti-

gung an Hochzeiten, die wir zur Vorbereitung auf die bevorstehende Hochzeit eines Teammitglieds aufmerksam verfolgt haben, ging es zur Wettkampfstätte. Hier folgte die erste Überraschung: der Wettkampf findet im Freibad statt!!!!

Nachdem wir uns intensiv mit dieser neuen Situation auseinander gesetzt hatten, war es für uns „alte Hasen“ kein Problem mehr, unter freiem Himmel zu schwimmen. Unser Youngster Christina testet im Solo als erste die Wasser- und Musikqualität für uns. Das Ergebnis: Wasser und Kür gut, Musik unter Wasser mangelhaft. Dies konnte im Laufe des Wettkampfs leider nicht verbessert werden. Nach einer Verzögerung von über einer Stunde und immer wieder einsetzendem Nieselregen, begann der Teamwettbewerb um 19:30 Uhr. Zum Glück war es noch hell genug, um die anderen Schwimmerinnen und die wenigen Zuschauer am Beckenrand noch zu erkennen. Mit einer mittelmäßigen Kür und unzufriedenen Gesichtern, beendeten wir den ersten Wettkampftag. Da so ein Wettkampftag hungrig macht, überfielen wir noch eine Pizzeria, in der wir unseren Frust mit Pizza, Pasta und Gelati linderten – lecker.

Am nächsten Morgen ging es schon früh in die Schwimmhalle. Heute sollte alles anders werden!!! Strahlender Sonnenschein, gute Startplätze, männliche Fans und eine motivierte Mannschaft! Christina musste wieder als erste für uns ins Wasser und schwamm eine sehr schöne Kür und hat ihren ersten Start bei den Masters mit Bravour bestanden. Der Wettkampfabschnitt Duett wurde durch unser Duett (Christiane und Johanna) als Vorschwimmer eröffnet.

Die nächste Überraschung lies nicht lange auf sich warten: unsere mittelmäßige Kurzkür vom Vortag brachte uns mit 2 Punkten Abstand auf Platz 4. Nun wollten wir ALLES!! Die Kür unseres Lebens musste heute geschwommen werden. „Unter 7,5 kommt ihr nicht aus dem Wasser!“ (Zitat unserer Trainerin Sonja) Nach mehreren Stehproben und dem chaotischen Einschwimmen stieg plötzlich die Nervosität von null auf hundert. Da half nur noch eins: CHINAÖL!!! Der Augenblick war gekommen und wir schwammen eine wirklich schöne Kür. Doch sollte sie gut genug sein? Unsere Konkurrenz war sich sicher, sie konnten Platz 3 verteidigen und liefen bei der Siegerehrung zielstrebig auf Platz 3 zu. Doch dann die Lautsprecherstimme: „Der dritte Platz geht an den Rüsselsheimer Schwimm-Club!“. Unser Jubel war nicht zu überhören und wir stürmten das Siegetreppchen.

Deutsche Meisterschaften im Synchronschwimmen Finalteilnahme im Duett für Christina Rocca und Laura Ludwig



Wir, Laura und Christina vom RSC, besuchten vom 17.5 – 20.05.2007 die 51. Deutschen Meisterschaften in Flensburg. Unterstützt wurden wir von Heike Lehwald, die als Wertungsrichterin und Trainerin dabei war. Unsere Trainerin Katja Flach trainierte fleißig den Rest unserer Mannschaft in Freudenstadt auf einem Vorbereitungslehrgang für die Deutsche Altersklassen Meisterschaft in vier Wochen.

Am Donnerstag reisten wir in den hohen Norden nach Flensburg, nach achtsündiger Fahrt kamen wir endlich ans Ziel. Freitag konnten wir erst einmal ausschlafen und erkundeten dann die Stadt mit ihrem tollen Hafen, dort hatten wir ausreichend Zeit uns den Mittag zu gestalten. Nachmittags gab es dann noch eine Einheit Training und somit waren die letzten Vorbereitungen für den morgigen Wettkampftag erledigt. Abends sind wir dann am Hafen lecker Fisch essen gegangen. Danach sind wir sehr müde und sehr aufgeregt ins Bett gefallen..

Samstag begann der Wettkampf für uns mit der Technischen Kür im Duett, unglücklicher Weise hatten wir die Startnummer 1. Zu allem Unglück verpatzten wir dann auch

noch eine Übung und landeten nach dem Vorkampf auf Platz 8.

Am Sonntag wurde dann das Finale geschwommen und auch dieses mal sollte das Losglück nicht auf unserer Seite sein, wieder mussten wir uns mit der Startnummer 1 begnügen. Nach einer sehr gut geschwommenen freien Kür konnten wir aber leider unseren Fehler von gestern nicht mehr wettmachen. So belegten wir auch im Finale den achten Platz.

Uns war von schon vorher klar, dass wir nicht unter die ersten Plätze schwimmen können, da die anderen Duette fast nur mit Nationalmannschaftsschwimmerinnen besetzt waren. Leider lassen es unsere Trainingsmöglichkeiten nicht zu, dort mitzuhalten. Die Mädchen in der Nationalmannschaft trainieren 7 x in der Woche 2-3 Stunden. Bei uns sieht es schlechter aus. Mit 1x in der Woche Kürtraining und 2x in der Woche Pflichttraining haben wir unser Bestmögliches gegeben.

Für uns Zwei war es die erste Deutsche Meisterschaft auf der wir gestartet sind und wir waren deshalb sehr aufgeregt.

Aber das Wichtigste für uns war, dass wir neue Erfahrungen gesammelt haben. Jetzt starten wir mit viel Begeisterung und Motivation in die Vorbereitung auf die Hessische Meisterschaft, diese findet am 01. – 02.06.2007 in Rüsselsheim statt. Dort zeigen wir dann wie sehr sich unser Training gelohnt hat.

Wir hoffen sehr, dass wir auch nächstes Jahr wieder auf den Deutschen Meisterschaften starten dürfen, dann aber mit der kompletten Mannschaft, denn dann macht es noch mal soviel Spaß.

Christina Rocca und Laura Ludwig

RSC bei Vereins-EM auf dem Bronzeplatz

Schöner Erfolg für die Synchronschwimmerinnen



Erfolgreiches Quintett in Slowenien: Kerstin Schäfer, Tina Wurstbauer (vorne) sowie Andrea Golla, Katja Flach (Mitte/von links) und Kerstin Smolnik erfreuten sich selbst und den Rüsselsheimer SC mit Platz drei bei der Vereins-EM.
Foto: privat

kri. KRANJ Die vielen Stunden im Auto und die weitgehend vom Verein übernommenen Kosten haben sich bezahlt gemacht. Die fünf Synchronschwimmerinnen, die den Rüsselsheimer SC beim 11. europäischen Masters-Championat in Kranj vertraten, sind mit dem größten internationalen Erfolg in der Vereinsgeschichte aus Slowenien zurückgekehrt.

Katja Flach, Kerstin Schäfer, Kerstin Smolnik, Tina Wurstbauer und Andrea Golla sicherten sich bei der EM für Vereinsteam im Gruppenwettbewerb den dritten Platz in der Altersklasse 25-34. Besser als das hessische Quintett, das 1,5 Zähler unter dem Resultat der internationalen deutschen Meisterschaft blieben, waren nur VW Mannheim und Tesla Brono aus Slowenien. "66,917 Punkte sind ein sehr gutes Ergebnis", sagte RSC-Abteilungsleiterin Elke Lemgo. Und: "Das holländische Siegerteam in der Altersklasse 35 bis 49 haben wir bei der DM in Regensburg sogar bezwungen."

Überhaupt wussten die deutschen Synchronschwimmerinnen bei der Premiere ihrer Sportart bei dieser Veranstaltung zu überzeugen. Insgesamt drei Titel wurden errungen und in der Solokonkurrenz (AK 30-39) sogar alle drei Medaillen eingestrichen.

(Sportnachrichten aus Ihrer Zeitung – Bericht Main Spitze vom 06.09.2007)

Den ausführlichen Bericht der erfolgreichen Mannschaft können Sie im Internet unter www.schwimm-club.de im Newsbereich 2007 nachlesen.



Mit Medaillen



Mit Fans und Betreuern...

„... nach 300 m bitte wenden jetzt nach 100 m wenden ...“ „Der Weg zur Süddeutschen Altersklassen Meisterschaft in Augsburg“



Am 23. März 2007 haben wir uns auf den Weg zu den Süddeutschen Altersklassen Meisterschaften in Augsburg gemacht. Wir, das sind: Saskia Heisters, Josefine Eibes, Sarah Rocca, Liga Birze, Sarah Degenkolb, Johanna Klein, Saskia Poth, Laura Ludwig und als Trainer & Wertungsrichter Katja Flach und Tina Wurstbauer, sowie TomTom, der uns nicht immer auf direktem Weg zu unserem Ziel führen sollte.

Die Fahrt verlief soweit ganz gut, bis wir dann in der Stadt als „Fast-Geisterfahrer“ rumgeirrt sind und weit und breit keine Toilette zu finden war. Schließlich fanden auch wir unser Hotel, sind erst mal auf die Zimmer und haben ein bisschen ausgepackt. Wir trafen uns dann noch, um gemeinsam zu Abend zu Essen und den nächsten Tag zu besprechen.

Am nächsten Tag schwammen wir unsere Pflicht mehr oder weniger zufrieden ... Doch die Stimmung hellte sich am Abend schnell wieder auf, als wir im Bayrischen Braustüberl gegessen hatten und eine von uns ein Putenschnitzel nur als Rumpsteak bestellte, was den Kellner sichtlich irritierte!!! Als wir dann vor lauter Apfelschorle „für große Mädchen“ die Toilette aufsuchen mussten, fiel uns als erstes der Kondomautomat mit 5 verschiedenen Sorten zu je 3 Euro auf. An diesen Informationen kam man nicht vorbei, ob man wollte oder nicht!

Auf dem Weg zum Hotel lachten wir über unsere eigenen Lachen, was sehr lustig war. Saskia Poth's Lache zum Beispiel geht ungefähr so ... rüasper ...“aaaaahahaha, aaha, aaaaahahaha, aaaha“ mit den Betonungen auf dem jeweils ersten a's, die aber beim zweitrn „aaa“ hoch gelacht werden ... eine Technik für sich also. Da wir abends alle sehr aufgedreht waren, fiel es Katja schwer uns zum Schlafen zu bringen, zu dumm, dass ich (Mrs. X) als ich heimlich in ein anderes Zimmer wollte und meine Tür öffnete, direkt in Katjas Arme lief ...;-o

Am nächsten Tag hätten wir ausschlafen können, aber da eine gewisse Person, deren Namen wir nicht nennen wollen (... Liga!) durch die Zeitumstellung eine Stunde früher aufgestanden ist und alle anderen meinte aufwecken zu müssen, weil Sie dachte, es sei schon später, war's vorbei mit der Nachtruhe. Wie dem auch sei, wir mussten ohnehin ohne Katja und Tina unsere Haare und Stehproben machen und konnten die Zeit gut gebrauchen. Man mag es kaum glauben, aber die Dutts hielten sogar (größtenteils zumindest). Als 3 von uns dann das erste mal auf einem Wettkampf Trio schwammen waren wir alle sehr aufgeregt, weil es nur 4 Meldungen gab. Kurz drauf sind wir alle dann erstmals die neue Gruppe geschwommen. Unsere Nerven lagen echt blank!!! Das Ergebnis lautete dann 5. Platz in der Gruppe mit einem Vorsprung von 4 Punkten auf den SSC Schwenningen und der 1. Platz im Trio mit einem knappen Vorsprung (0,400) auf den 2. SSG Reutlingen Tübingen – die Freude war hier natürlich groß, vor allem, weil wir am Vortag nach der Pflicht „nur“ auf Platz 2 waren.

„Die A/B Mannschaft „,

Zum Abschluss das Fazit der Trainerin:

Ein schöner Wettkampf mit einer tollen Gruppe, auf die ich echt stolz bin! Danke an Euch, dass Ihr so selbstständig gewesen seid. Und auch wenn die Ergebnisse zumindest in der Gruppe und Pflicht noch besser werden können, woran wir jetzt weiter arbeiten werden, war das schon eine tolle Leistung.

Ich freu mich schon auf die nächste Meisterschaft mit Euch;-))) Katja

Synchro Trainingslager in Freudenstadt der A/B Mannschaft

Synchronies fahren mal wieder nach Freudenstadt

(kf) Nach einigen Jahren Pause ging es nun wieder mal zum Trainingslager nach Freudenstadt. Die Mädels waren voller Freude und Neugier, was sich wohl so verändert hat. Die Fahrt verlief gut und größtenteils auch ohne Stau, so dass wir um 18.30h endlich am Ziel waren. Da der Drang zur Toilette sehr groß war, sind die Mädels erst mal dahin gerannt. Die Herbergseltern, die neu und erst seit April im Einsatz sind, meinten nur als die Meute an Ihnen vorbeirannte: "Ihr kennt Euch ja wahrscheinlich besser aus als wir"! Damit war das Eis gebrochen und die Herbergseltern sollten sich als wirkliche Schätze herausstellen.

Nachdem die Zimmer bzw. das 6er Zimmer kurzerhand zum 7er Zimmer umgewandelt wurde und der Hunger gestillt war, mussten wir auch schon bald los, um Saskia, die mit dem Zug nachkam, am Bahnhof abzuholen.

Nachdem wir dann komplett waren, kam der erste Schock, denn das Training am Morgen sollte schon um 8.30h sein ... nun gut, nachdem das verdaut war, ging die Laune auch weiter aufwärts und mit Freude wurde festgestellt, dass es jetzt einen Fernseher gibt, denn am nächsten Tag musste ja natürlich „Germany's next Top Model“ geschaut werden.



Sarah, Liga, Saskia, Josefine, Sarah, Johanna und Saskia

Am Donnerstag morgen ging es dann los zum ersten Training und dort trafen wir dann auch auf alte Bekannte, die sich freuten uns mal wieder bei sich zu haben. Fassungslos vergewisserte sich der Bademeister mehrfach, ob das wirklich die Mädels waren, die schon all die Jahre davor mit gewesen sind.

Da sich der Donnerstag, der zudem auch noch ein Feiertag war und sich völlig verregnet und kalt gestaltete, blieb es auch bei der einen Trainingseinheit am Morgen, da bei dem S..wetter alle ins Schwimmbad flüchteten. So wurde der Tag lang bis zum Abend und der langersehten Sendung mit den „Top Models“ (Mop Todels – wie ich sie nenne ;-)). So saßen wir dann also mit jeder Menge Süßigkeiten vor dem Fernseher, um uns die schönen Hungerhaken an zu schauen.

Anschließend ging es schnell ins Zimmer, denn die Trainingseinheiten am Morgen wurden auf 7.30h vorverlegt !!! Ich fürchtete nach der Mitteilung der neuen Trainingszeit kurzfristig um mein Leben, aber die Mädels haben's dann mit Fassung getragen.

Am Freitag sind wir dann im Nebel zu einer unmenschlichen Zeit ins Schwimmbad gelaufen, um zu trainieren. Danach schien dann auch die Sonne und es wurde noch ein toller, sonniger Tag. Nach dem Mittagessen und Stehproben, kam ich auf die tolle Idee, den Joggingpfad auszuprobieren. Anfangs lief es auch echt gut, jedoch wurde die Beschilderung immer spärlicher, so dass sich der eigentliche Joggingpfad von 4,9 km zu fast 8 km ausdehnte und wir froh waren uns alle heil wiederzusehen, nachdem wir zwischendurch völlig die Orientierung verloren hatten. Sofort danach ging es weiter ins Schwimmbad und die nächste Trainingseinheit stand an. Ich merkte sehr schnell, dass die Kräfte nicht mehr die besten waren, aber die Mädels haben super durchgehalten – ein Lob an alle !

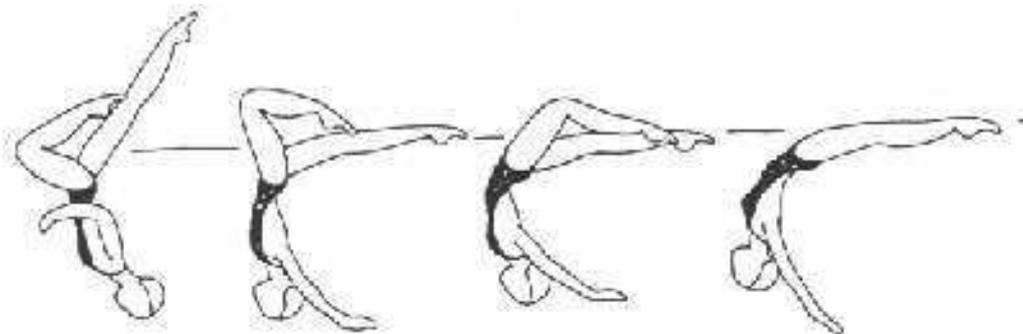
Nach dieser Trainingseinheit waren alle völlig platt ... nichtsdestotrotz ging es nach dem Abendessen noch in die Stadt. Nachdem wir ein bisschen umher geschlendert sind, gönnten sich einige noch ein großes Eis, was sie sich ja redlich verdient hatten. Zurück in der Jugendherberge ging es recht bald auf die Zimmer und ins Bett, wenn es sich auch noch soooo viel zu erzählen gab ...

Der nächste Morgen wurde noch härter und die Laune, war nicht die beste ... So früh am morgen und noch geplagt von dem Jogging-Wirrpfad, ging es zur nächsten Trainingseinheit. Danach ist etwas passiert, was ich nie vermutet hätte ... die Mädels sind in die Betten gefallen und haben bis zum Mittagessen geschlafen. Nach dem Mittagessen das gleiche, wieder geschlafen ... bis ich die Mädels um 14h vor die Tür getrieben habe, weil so schönes Wetter war. Abgeschlossen wurde dieser Tag wie der Tag davor mir einer weiteren Trainingseinheit, dem Abendessen und einem Eis ;-)))

Am Sonntag früh ging es auf zum letzten Training. Die 2 Tischtennisjungs, die vergeblich am Abend vorher Kontakt knüpfen wollten, wurden auch am frühen Morgen sitzen gelassen und keines Blickes gewürdigt, dabei sind Sie extra um 7h aufgestanden, die armen Kerle ;-(((

Ich musste feststellen, dass die Kräfte langsam echt restlos aufgebraucht waren, so dass die Trainingseinheit eine echte Qual war. Aber auch diese wurde gemeistert. Zurück in der Jugendherberge wurde alles zusammengepackt, noch mal schnell was gegessen und die Fahrt ging wieder nach Hause. Und genau jetzt war der Wunsch in den Europapark zu fahren am aller größten. Leider stand das nicht auf dem Programm, aber das nächste mal dann wieder – versprochen.

Alles in Allem war es eine tolle Zeit und wir hatten viel Spaß. Vor allem aber waren die Mädels echt tapfer und haben alles mitgemacht, meistens ohne murren. Die Herbergseltern sind unglaublich nett und sind sehr auf uns eingegangen und das Essen war super – ich denke wir kommen gerne wieder und vielleicht auch wieder regelmäßig jedes Jahr zu einem Trainingslager?



 **Wasserball****Höhen und Tiefen am Ball**
Das Jahresfazit der Wasserballer

Das Jahr 2007 war für die Wasserballabteilung durch Höhen und Tiefen geprägt.

In der Bezirksligarunde Frühjahr / Sommer wurden die gegnerischen Mannschaften, sowohl in Auswärtsspielen wie auch vor heimischem Publikum im Lachebad, bis auf eine Ausnahme (Niederlage in Aschaffenburg), von der ersten Mannschaft besiegt.

Am Ende der Runde konnten wir den verdienten Lohn für unsere guten Spiele mit dem 1. Platz als Bezirksmeister 2007 feiern.

In die Bezirkswinterrunde 07/08 starteten wir fulminant mit zwei Siegen.

Unsere erfolgreichen Bezirksmeister 2007:

Jürgen Gäbler, Helmut Hammen, Gerhard Weber, Ingo Hühn, Michael Weber, Thomas Speh, Achim Hinnenberg, Thomas Rotkugel sowie unsere jüngeren Spieler Jan Gäbler, Nico Hammen, Roman Mukhin, Dorian Schäfer, Valerio Krüger, Sebastian Opitz und unser Jüngster, Martin Kohl.

Mit unseren jüngsten Nachwuchsspielern bilden wir mit der Mannschaft aus Friedberg eine Startgemeinschaft. Aus unseren Reihen sind Joachim Kohl, Jens Schürmann und Martin Steinborn am Start.

Wie auch in den letzten Jahren sind unsere gut ausgebildeten Jugendwasserballer zusätzlich bei anderen Vereinen spielberechtigt.

In der 2. Bundesliga geht Jan Gäbler für Darmstadt an den Start. Die Oberliga Mannschaft von Darmstadt wird mit Jan Gäbler, Sebastian Opitz und Valerio Krüger verstärkt.

Jan Gäbler gelang mit Bayer Uerdingen der 6. Platz bei den diesjährigen Deutschen Jugend A Wasserballmeisterschaften.

Für Martin Kohl, der WF Fulda verstärkt, kam der 3. Platz bei den Süddeutschen Jugend D Meisterschaften heraus. Auf dem DSV Jugend D Sichtungsturnier kam er mit der Hessenauswahl auf den 8. Platz unter 14 gestarteten Landesverbänden.

Sehr zäh gestaltet sich nach wie vor der Aufbau unseres Nachwuchsteams, was vielleicht auch daran liegt, dass wir nur einmal die Woche trainieren können.

Für das neue Jahr wünschen wir uns, dass wir mehr junge Leute für unseren schönen Sport begeistern und weiter erfolgreich an Wettkämpfen teilnehmen können.

Patsch nass, euer Wasserballteam



Vereinsmeisterschaften im Juli 2007

Begüm Kombal kann ihren Titel verteidigen

(ms) Am 5. Juli fanden die Clubmeisterschaften mit der Rekordbeteiligung von fast 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmern statt. Dementsprechend lang dauerte der Wettkampf auch... Aus den Platzierungen der Einzelwettbewerbe wurden Gesamtergebnisse berechnet, die je nach Jahrgang, aus der Punktetabelle des europäischen Schwimm-Verbandes (LEN) bestimmt wurden. Hier die Ergebnisse :

Vereinsmeister Damen

1. Begüm Kombal (2061 Punkte)
2. Annika Stickfort (1989)
3. Jasmin Czysch (1898)

Vereinsmeister Herren

1. Nico Hammen (2270)
2. Roman Mukhin (2184)
3. Dorian Schäfer (1891)

Alle weiteren Platzierungen finden Sie im Internet unter www.schwimm-club.de als PDF Datei.



Die Sieger
Begüm Kombal und Nico Hammen

Aufruf in eigener Sache!

Wir haben bereits seit geraumer Zeit eine Webseite unter www.schwimm-club.de. Diese Webseite lebt von Informationen über die Aktivitäten im Verein. Jeder kann dazu beitragen, dass diese Seite interessant und aktuell bleibt.

Gerne nehmen wir Berichte, Bilder und Anregungen entgegen. Die Adresse der Redaktion ist:
aquanews@schwimm-club.de

Der Blick zurück – Das Jahr 1997

Was war los im RSC vor 10 Jahren

(ms) Die AquaNews gibt es jetzt schon seit 1994. Ein Blick in die AquaNews von 1997 zeigt uns, was vor 10 Jahren im RSC los war :

- Walter Gattinger wird zum ersten Vorsitzenden gewählt.
- Die 1. Mannschaft der Schwimmabteilung wird von Conny Nitschinger und Dani Schwär trainiert
- Durch der Austritt der TG wird die langjährige Startgemeinschaft (SG) faktisch aufgelöst. Der RSC schwimmt weiter unter SG Rüsselsheim.
- Die Deutschen Meisterschaften im Synchronschwimmen finden in Rüsselsheim statt.
- Stefan Schürmann wird Wasserballtrainer im RSC
- Andrea Kuchenbuch-Schipper und Gerda Ruland-Vorndran gewinnen 3 Titel bei der Masters EM in Prag, damals noch European Veterans genannt.
- Stefanie Schäfer wird in den nationalen B-Kader der Synchronschwimmerinnen, Christina Golla in den C-Kader berufen.



Wichtige Telefonnummern

Die Geschäftsstelle ist erreichbar unter 06142/3017676
oder per e-mail : geschaeftsstelle@schwimm-club.de

1. Vorsitzender Ingo Hühn	06142/72317
Kassierer Frank Becker	06142/738698
Sportliche Leiter :	
Heike Gehlhoff (Schwimmen)	06145/ 6283
Elke Lemgo (Synchronschwimmen)	06142/14935
Helmut Hammen (Wasserball)	06142/59462

Wir wünschen allen Mitgliedern und ihren Familien ein frohes
Weihnachtsfest und ein erfolgreiches Neues Jahr !