

Sechs Schwimmvereine beim 5. Kreis-Trainingstag des KSV Hildesheim

Der KreisSchwimmVerband Hildesheim hatte in diesem Jahr Kinder der Jahrgänge 2007 bis 2010 zu seinem 5. Kreis-Trainingstag eingeladen. Daraufhin sind von 6 Schwimmvereinen 40 Anmeldungen eingegangen.

An 11. November erschienen dann 35 Aktive pünktlich um 10.00 Uhr im „Stadtteiltreff“ am VfV-Hallenbad in Hi.-Drispstedt.

Norbert Böttinger, Schwimmwart des KSV Hildesheim, begrüßte Eltern und Kinder und stellte die Trainerinnen Mona Meyer, Juliane Kley, Bea Kley und Christin Zenner vor.

Nachdem das Tagesprogramm erläutert wurde verabschiedeten sich die Eltern.

Jetzt ging es nun endlich in die Schwimmhalle zum **Kurzstreckentraining**.

Nach einem Erinnerungsfoto wurden die Kinder auf die vier Bahnen verteilt.

Mona Meyer hatte wieder im Vorfeld einen Trainingsplan, abgestimmt auf das Alter, für das Kurz- bzw. Langstreckentraining erstellt. Nach einem 80minütigen Trainingsprogramm ging die erste Trainingseinheit zu Ende. Inzwischen war im „Stadtteiltreff“ das Mittagessen schon aufgetischt. Es gab wieder das Lieblingsessen aller Kinder, Nudeln mit Fleischeinlage, dazu Getränke und als Nachtisch ein leckeres Eis.

Nach einer kleinen Pause ging es zum **Trockentraining** in die Sporthalle der benachbarten Grundschule. Dafür hatten Juliane und Bea verschiedene Lauf- und Ballspiele vorbereitet.

Zum **Langstreckentraining**, ging es wieder zurück in die Schwimmhalle.

Nach abwechslungsreichen 90 Minuten ging ein schöner Trainingstag zu Ende.

Bei der Verabschiedung erhielten alle Aktiven zur Erinnerung und als Anerkennung ihrer Leistung ein Zertifikat aus den Händen des Schwimmwartes, Norbert Böttinger.

Teilnehmer/innen am Kreis-Trainingstag:

Trainerinnen:

Mona Meyer (KSV Hi.), Juliane Kley (KSV Hi.), Bea Kley (KSV Hi.), Christin Zenner (VfV Hi.)

Schwimmerinnen und Schwimmer:

Aqua-Sports Delligsen

Hanna Rokahr	2008
Josephin Mönneke	2009
Sophie Deutsch	2009
Fides Wiegand	2010
Raphael Grande	2010
Noah Ahrens	2010
Jaden Noah Sue	2010

Eintracht Hildesheim

Maximilian Rodionov	2008
Max Hartmann	2007
Victor Dominic Erhardt	2007
Jan Luca Sandvoß	2009

Post SV Alfeld

Merit Müller	2008
Charlotte Horneffer	2008
Shirley Reckstadt-Kluge	2008
Lina Freund	2010

VfV Hildesheim

Antonia Bodenbach	2008
Lea Meier	2007
Emma Jabs	2008
Laura Kewitz Rahn	2007
Lena Langowicz	2008
Emelie Purkott	2010
Hanna Bodenbach	2010
Rouven Fest	2010
Ben Schönherr	2010

SC Neptun Alfeld

Emely Packheiser	2007
Hanna Deutsch	2008
Alicea Wittig	2007
Talisa Wittig	2007
Nahla Cetinkaya	2009
Helena-Maria Illing	2008
Ege Arda	2008
Philip Knoke	2009

TuS Grün-Weiss Himmelsthür

Lara Wulfhorst	2009
Leonie Schwetje	2009
Luna Solveig Schäfer	2010

Norbert Böttinger

Schwimmwart

KreisSchwimmVerband Hildesheim

Anlage:

Foto, Trainingsplan