



# Kreisschwimmverband Hannover-Land e.V.

## Vereinsübergreifendes Training 2022

Sonniges Wetter, angenehme Wassertemperaturen, begeisterte Aktive und motivierte Trainer – besser hätte das vereinsübergreifende Training des Kreisschwimmverbands Hannover Land e.V. nicht laufen können.

Am 22.08.2022 fand auch in diesem Jahr wieder das vereinsübergreifende Training statt. Bei strahlendem Sonnenschein trafen sich die Aktiven aus 8 Vereinen im Lehrter Freibad.



Von links: Nils Pfeifer, Victoria Lindemann, Heinrich Tann, Vivienne Schultz, Michael Hamann

Die Jahrgänge 2006 - 2010 wurden von Victoria Lindemann (SG Rethen/Sarstedt) und Michael Hamann (TSV Pattensen) trainiert. Als Trainer der jüngeren Athleten (Jahrgänge 2011-2012) wurden Nils Pfeifer (SV Garbsen) und Vivienne Schultz (SG Lehrte/Sehnde) als Trainerteam eingesetzt.

Nach einer kurzen Begrüßung durch den 1. Vorsitzenden Heinrich Tann ging es direkt zum Athletiktraining auf die Wiese. Durch diverse kleinere Spiele konnten sich die Aktiven der verschiedenen Vereine direkt etwas besser kennenlernen.

Neben dem gemeinsamen

Sporttreiben ist das Ziel des Vereinsübergreifenden Trainings die Stärkung des Gemeinschaftsgefühls und der Fairness zwischen den Vereinen, die dem Kreisschwimmverband Hannover-Land e.V. angehören. So sollen in den einzelnen Jahrgängen sozialen Kontakten geknüpft und das freundliche Miteinander gefördert werden.



Natürlich steht bei dem vereinsübergreifenden Training neben dem Spaß auch das Training im Fokus. So haben sich jüngeren Aktiven bereits bei einem Staffellaufspiel und einem Übungszirkel außerhalb des Wassers sportlich betätigt. Die älteren Aktiven haben ein schwimmspezifisches Athletiktraining absolviert. Jedes Jahr aufs Neue sehr beliebt sind dabei die Laufübungen im Sand des Volleyballfeldes.



## Kreisschwimmverband Hannover-Land e.V.

Nach der durchaus etwas anspruchsvollen Einheit außerhalb des Wassers ging es anschließend in das angenehm temperierte Freibad. Auf vier 50-Meter Bahnen konnten die Aktiven unter optimalen Bedingungen trainieren.

Die Trainer haben sich ein abwechslungsreiches Programm überlegt. So wurden Wassergefühlsübungen, Technikübungen, verschiedene Schnelligkeitsstufen und auch besondere Übungen, wie die Ausführung des Beinschlags in aufrechter Position mit den Armen außerhalb des Wassers durchgeführt. Aufgrund der guten Wetterbedingungen und der guten Zeitplanung konnte nach einer kurzen Pause auch noch eine weitere Wassereinheit stattfinden.



Die Veranstaltung war ein großer Erfolg und hat zu einem besseren Gemeinschaftsgefühl im Schwimmsport beigetragen. Die Aktiven und die Trainer hatte sichtlich viel Spaß und freuen sich darauf, dass das Vereinsübergreifende Training im kommenden Jahr erneut stattfinden wird.

