



Kreisschwimmverband Hannover-Land e.V.

Vereinsübergreifendes Training (VüT) 2023 in Lehrte

Am 14.08.2023 war es wieder soweit:
das mittlerweile 7. Vereinsübergreifende Training vom Kreisschwimmverband Hannover-Land e.V. stand an.

35 Aktive aus sieben verschiedenen Vereinen versammelten sich um 10 Uhr bei strahlendem Sonnenschein vor dem Vereinsheim des Lehrter SV, um in einen trainingsreichen Tag zu starten.

Nach einer Begrüßung vom Kreisvorsitzenden Heinrich Tann und einer kurzen Vorstellungsrunde von den vier leitenden Trainern vor Ort, wurde die Gruppe dann nach Jahrgängen aufgeteilt.

Die Trainer Michael Hamann (TSV Pattensen) und Inga Rosenthal (Lehrter SV) trainierten die Aktiven der Jahrgänge 2012/2013, Victoria Lindemann (SG RethenSarstedt) und Nils Pfeiffer (SV Garbsen) die älteren Jahrgänge.

Der Tag startete für alle mit einer Athletikeinheit, wozu das Lehrter Freibadgelände genutzt wurde.

Nach ca. 45min ging es dann für ca. 60min ins erfrischende Wasser auf die 50m- Bahn des Freibads.



Neben vielen Technikübungen wurde bei dieser Einheit auch die Sprintfähigkeit der Aktiven gefordert.

Eine gemeinsame Mittagspause im Anschluss sollte die Speicher wieder auffüllen und den Austausch zwischen den Aktiven ermöglichen, bevor es zur letzten gemeinsam Sporteinheit des Tages nochmals in Wasser ging.

Diese Einheit stand dabei ganz im Zeichen der unterschiedlichen Schwimmlagen.

Abgerundet wurde diese durch verschiedene Staffeln, die den Ehrgeiz der Aktiven nochmals weckte.

Nach vier gemeinsamen Trainingsstunden kann auf einen gelungenen Tag geblickt werden.



Inga Rosenthal (Lehrter SV)