



Ausgabe 2/2017



Schwimmjugend in Llordet de Mar

Bald sind Sommerferien!



„Gemeinsamer
Erfolg.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

530 Mitarbeiter in Topform, 145.000 Kunden, darunter 41.252 Mitglieder und viele Fans.
Um den sportlichen Erfolg voranzutreiben, fördern wir starke Teams, begabte Sportler und spannende Wettbewerbe.

Telefon 0761 2182-11 11
www.volksbank-freiburg.de

**Volksbank
Freiburg eG**



Inhaltsverzeichnis

Offizielles	
Westbad und SSVF machen Ferien	4
Nachruf Wolfgang Cempirek	5
Triathlon	
Sprint-Europameisterschaft in Düsseldorf	7
Riegeler Jubiläumsthriathlon	8
2. Ba-Wü-Liga in Erbach	9
Tischtennis	
Saisonbericht	10
Wasserball	
Ü15 in Bielefeld	12
Ludwigsburg	14
Wasserspringen	
Pokalspringen in Bad Godesberg	16
Trainingslager in Malaga	17
Süddeutsche in Frankfurt	20
Masters	
Masters in Villingen	21
Tauchen	
Wettkampfserie der Orientierungstaucher	27
Die Orientierungstauchsaison 2017 im Überblick	28
Trainingslager in Sandersdorf	30
Schwimmen	
Deutsche Jahrgangsmeisterschaft	33
Süddeutsche Meisterschaft	34
Badische Meisterschaft	36
Landesvergleich	38
Schwimmjugend	
Trainingslager in Lloret de Mar	39
Infos	
Übungsangebot	23
Ansprechpartner	25
Anmeldeformular	45

Impressum:

SSV Freiburg e.V.
 Ensisheimer Str. 9, 79110 Freiburg
 Tel. (0761) 80 77 07, Fax: 89 75 007
 E-Mail: platsch@ssvf.de
<http://www.ssvf.de/verein/platsch>

Druck:

E. Böhm & Co.
 Offsetdruck GmbH
 79106 Freiburg, Egonstr. 22
 Telefon: (0761) 27 83 52

Westbad und SSVF machen Ferien

Revisionsarbeiten

Wegen Revisionsarbeiten bleibt das Westbad über die Sommerferien in diesem Jahr vom Montag den 31.7. bis Sonntag den 27.8.2017 geschlossen. Während dieser Zeit kann unsere Mitgliedskarte für den Eintritt in das Freibad Freiburg St. Georgen genutzt werden. Der SSV-Freiburg macht ebenfalls Ferien. Das heißt der reguläre Trainingsbetrieb für alle Gruppen beginnt erst nach Ende der Schulferien am Montag den 11. September zu den gewohnten Übungszeiten.

Für die Leistungsgruppen (Wettkampfmannschaften) gelten Sonderregelungen. Diese werden durch den Trainer und die Übungsleiter gesondert informiert.

Folgende Übungsgruppen treffen sich jeweils kurz vor 20 Uhr zum gemeinsamen Ferientraining in St. Georgen:

Montags: Taucher + Finswimmer
Dienstags: Triathleten
Mittwochs: Masters + Wasserball
Freitags: Triathleten + Masters + Wasserball

Neue Dauereintrittskarten für den SSVF

Während der Revisionsarbeiten in den Ferien werden im Westbad auch die neuen Eintrittsautomaten eingebaut. Die dafür benötigten neuen Dauereintrittskarten sind mit einem Strichcode versehen. Dieser wird, wie bei den Ladenkassen üblich, von einem Barcodeleser abgescannt und danach wird der Eintritt freigegeben. Unsere alten Karten, welche einen Magnetstreifen besitzen, werden dann nicht mehr funktionieren. Das heißt gleich nach der Wiedereröffnung des Westbades kommt auf uns alle eine große Kartenumtauschaktion zu. Geplant ist durch uns ein Abgleich der persönlichen Mitgliedsdaten. Danach wird die alte Karte eingezogen und man bekommt eine neue SSVF-Barcodekarte. Mit dieser kommt dann zusammen mit seinem Mitgliedsausweis wie gehabt einmal pro Tag ins Westbad. Da zurzeit unser Kontakt zur Regio Bäderverwaltung krankheitsbedingt etwas verzögert ist, hat der SSVF noch keine 100%igen Informationen über den Ablauf der Umtauschaktion. Wir bleiben aber dran und hoffen dann in Zukunft auf weniger störanfällige Eintritte unserer Mitglieder.

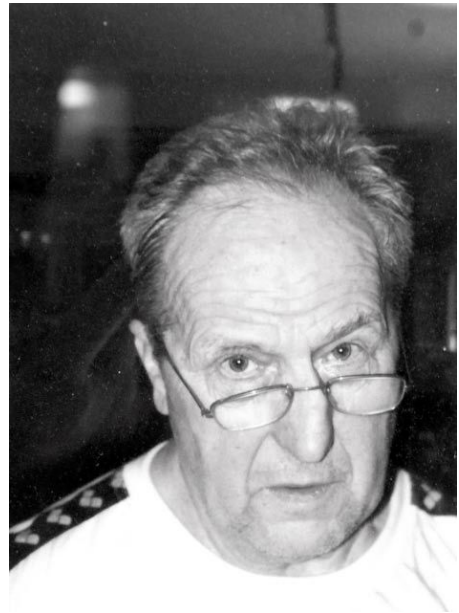
Mike

Der Vorstand wünscht allen unseren Mitgliedern erholsame und sonnige Ferientage.

Nachruf Wolfgang Cempirek

Danke Didi

Es ist schon so lange her. Die Gedanken an die Zeit mit dir verschwimmen in einem Meer aus verblassten Erinnerungen. Und doch wirkt das gemeinsam Erlebte bis heute immer noch nach – intensiv und mit einem Gefühl, dass du uns so viel gegeben hast, was uns damals vielleicht gar nicht bewusst war. Selbstverständlich warst du unser Schwimmtrainer, der uns gelehrt hat diese wunderbare Sportart in bestmöglicher Form ausüben zu können. Doch da war noch viel mehr und das wird mir heute noch mehr bewusst als früher: Du hast uns wohl auch ein Stück weit zum Leben geführt. Wahrscheinlich haben viele von uns damaligen Schwimmern mehr Zeit mit dir verbracht, als mit der eigenen Familie. Schwimmen ist halt sportartbedingt mit viel Zeitaufwand verbunden. Und im Nachhinein hast du viel mehr vollbracht: Du hast Respekt, Disziplin, vor allen Dingen auch das Einbringen für Andere innerhalb der Mannschaft verlangt; diese Tugenden hast du tagtäglich von uns eingefordert. Der Teamgedanke stand immer im Vordergrund. Merkmale, die auch heute noch im SSV höchsten Stellenwert haben, in anderen Bereichen des deutschen Schwimmsports heutzutage aber leider oftmals schmerzlich vermisst werden. Nur gemeinsam können wir etwas erreichen, vor allen Dingen in einer Individualsport wie Schwimmen, außerhalb autoritärer Strukturen. Das



soziale Miteinander stand und steht im Vordergrund bis heute, wie im aktuellen Team von Bernd Pinkes vorzüglich zu sehen ist. Im Gegensatz zu anderen Teams haben wir mit fünf Einheiten pro Woche relativ wenig trainiert. Erst später haben wir morgens das Westbad morgens um sechs zum Frühtraining aufgeschlossen. Doch frühzeitig wusstest du, dass man mit Schnelligkeitsausdauer das Fehlen von Umfängen kompensieren kann. So konnten wir damals mit vielen anderen Teams, die eigentlich auf höherem Niveau agierten mithalten und sie teilweise sogar übertrumpfen. Dies lag allerdings nicht nur an der Trainingsmethode, sondern vorrangig auch an der Entwicklung deiner Mannschaft. Wie kaum ein anderer

hast du es verstanden die Systeme zu steuern. Nicht grundsätzlich im negativen Gedanken. Die Verquickung zwischen Breiten- und Leistungssport stellt in mannschaftlicher Hinsicht einen Spagat dar. Du versuchtest aber all deinen Schwimmern, ob gut oder weniger talentiert, einen Wert innerhalb der Mannschaft zu geben. Selbst Schwimmern, die zwischenzeitlich dem Schwimmsport entsagten und teilweise auf die „schiefe Bahn“ gerieten gabst du Halt. Deine Aufgabe war demnach auch von höchster gesellschaftlicher Bedeutung. Wie so oft bei sogenannten Machern, wie man dich durchaus trefflich beschreiben kann, hattest du aber auch andere Seiten. Vor allen Dingen warst du ein ziemlicher Dickschädel. Manchmal sinnvoll, wenn es um das Durchsetzen eigener Ideen geht, hattest du des Öfteren Konflikte mit Personen aus deinem Umfeld des Vereines. Du warst, zumindest hatte ich so als junger Schwimmer den Eindruck, der Patriarch des Vereines. Und leider kam es dann am Ende auch zum Bruch zwischen dir und dem Verein. Aber wahrscheinlich war das zwangsläufig, das Ende wurde ja auch nie entsprechend vorbereitet. Wir alle sind nicht unfehlbar. Es ist müßig darüber zu sinnieren was wäre gewesen wenn: Aber trotzdem, und da beziehe ich durchaus auch Menschen ein, die dir nicht mehr wohlgesonnen waren, haben wir dir sehr viel zu verdanken.

Du warst unkonventionell. Ich erinnere mich an einige Episoden aus früheren Tagen: Wir durften uns auf der Fahrt zum Jugendwettkampf in Genua nachts in deinem Ford

Taunus zum Schlafen in den mit Matratzen ausgestaffierten Kofferraum legen. Das war wohl die Zeit vor der Anschnallpflicht. Du hast uns beim Surftrip nach dem wir komplett abgetrieben waren auf dem Gardasee alle wieder eingesammelt. Du bist nach verpasster Ausfahrt auf der Autobahn auf dem Standstreifen rückwärts rausgefahren (was ein Motorradpolizist dummerweise beobachtet hat). Wir haben bei den Deutschen und anderen etwaigen Wettkämpfen im Wohnmobil übernachtet (was mit dir nicht immer nur ein Vergnügen war ;-). Didi es war eine wunderschöne Zeit mit dir und alles was wir zusammen erleben durften. Du hast uns begleitet, aber ein Leben geht zu Ende. Aber ich denke sagen zu dürfen: Du lebst in unseren Herzen weiter. Ich denke, dass ich auch im Sinne meiner damaligen Mannschaftskollegen und vielen Vereinsvertretern spreche: Didi, wir danken dir!

Boris Troll

3. Platz bei der Triathlon Sprint-Europameisterschaft in Düsseldorf

Am Sonntag den 26.06.17 starteten vier Tri-Teamler im Düsseldorfer Medienhafen bei der „Heim-EM“ über die Sprint-Distanz. Cosima Mücke erreichte in der AK 20 den 13., Meike Jaeger in der AK 45 den 14.Rang.

behauptete mit knappen Vorsprung einen hervorragenden dritten Platz. Volker Eschle belegte in der gleichen Altersklasse Platz 44.

Bei den Herren musste Michael Bock in der AK 50 erst auf der Laufstrecke seine Führung abgeben und



Das Deutsche Herrenteam bei der Triathlon Sprint EM 2017.

Mit dabei 1. v.L. Michael Bock, 2. v.R. Volker Eschle vom Tri-Team Freiburg.

Rekordteilnahme in Riegel

Mit 26 Starterinnen und Starter stellte das Tri-Team Freiburg die größte Gruppe aller Teilnehmer beim Riegeler Jubiläumstriathlon über die Sprintdistanz, dem sogenannten 10. „Rigolator“.

Nicht nur die Anzahl der Starter war rekordverdächtig, auch die Platzierungen in den Ergebnislisten konnten sich sehen lassen. Bei den Startpassinhabern belegte Meike Jaeger den 6. Platz in der Damenwertung, die Herren schafften es zu zweit auf das Podium, Florian Adami wurde Gesamtsieger, Stefan Petrik erreichte den dritten Platz.

Neuzugang Lotte Soballa, die zukünftig ebenfalls mit einem Startpass ausgestattet sein wird, einen hervorragenden zweiten Platz.

Rein statistisch bestanden schon aufgrund der hohen Teilnehmerzahl berechnete Chancen auf den Hauptgewinn bei der abschließenden Tombola. Dass dann tatsächlich mit Michael Lauk ein Tri-Teamler beim ausgelobten Rennrad gezogen wurde, rundete einen sehr erfolgreichen Triathlontag ab.

In der „Jedermann-Wertung“ erzielte



2. Ba-Wü-Liga der Trias in Erbach

Am Sonntag den 25.06.17 stand die erste olympische Distanz der Ligasaison in Erbach bei Ulm an. Bei sehr frühen Startzeiten und langer Anfahrt, sind wir bereits Samstag angereist und vor Ort übernachtet. Geschwommen wurden zwei Runden ohne Landgang im Badensee bei angenehmen 25 °C Grad Wassertemperatur und 19 °C Grad Lufttemperatur. Der lange Weg zur Wechselzone konnte noch von einigen dazu genutzt werden Platzierungen zu verbessern oder sich schonmal eine potentielle Radgruppe aus zu suchen. Die profilierte Radstrecke und die Windschattenfreigabe versprachen schnelle Radzeiten, so dass sich bei den Männern nach anfänglichen Solofahrten eine große Führungsgruppe bildete, in der auch Stephan und Flo fuhren. Auch für Hannes gab es eine schnelle Gruppe, in der er sich halten konnte; Paolo konnte zumindest zeitweise die Vorzüge einer Gruppe nutzen und David musste sich auf der gesamten Strecke alleine durchkämpfen. Bei den Damen konnten

Chiara, Pia und Kerstin teilweise gemeinsam fahren und fanden immer wieder kleine Gruppen zum Tempo machen. Fiona hatte leider ebenfalls keine Mitstreiter und fuhr alleine. Letztlich ging es nach den 43 Radkilometern auf die flache asphaltierte Laufstrecke, auf der sich die Spitzengruppe um Flo und Stephan etwas auseinander zog und sich die Positionen festigten. Beide konnten dennoch je einen Platz gutmachen und den dritten beziehungsweise den sechsten Platz belegen! Hannes, Paolo und David konnten jeweils gute Laufzeiten erreichen und Paolo stellte sogar eine eigene persönliche 10-Km-Bestzeit auf. Ebenso schaffte Pia eine persönliche Bestzeit, Kirstin konnte einige Plätze gutmachen, Chiara war zufrieden und Fiona hatte sich mehr gehofft. Am Ende erreichte die Herrenmannschaft den 8. Platz und die Damenmannschaft den 15. Platz und alle blicken nun auf den anstehenden Teamwettkampf in Ebenweiler in zwei Wochen.



Bericht der Tischtennis-Abteilung

Die Spielsaison 2016/2017 ist jetzt zu Ende gegangen. Mit zwei Mannschaften nahmen wir in der C-Klasse an den Rundenspielen teil. Die erste Mannschaft hat das Aufstiegsziel leider nicht erreicht, am Ende reichte es nur zum dritten Platz, Zweiter hätten wir werden müssen.

Die erste Mannschaft gewann dafür den D-Pokal des Bezirks Breisgau. Dieser Erfolg freut uns sehr, wir hatten überhaupt nicht damit gerechnet, umso schöner ist die Überraschung. Im Pokal wird nur mit Dreier-Mannschaften gespielt, bei den üblichen Spielen sind es sechs Spieler. Es werden maximal 7

Spiele gespielt, wer den vierten Punkt erreicht, hat gewonnen.

Die zweite Mannschaft belegte in der anderen Staffel den achten Tabellenplatz.

In der neuen Saison wollen wir unbedingt den Aufstieg in die B-Klasse erreichen und wir sind ziemlich optimistisch, daß es uns dieses Mal gelingt. Außerdem melden wir noch zwei D-Klassenmannschaften, die mit jeweils 4 Spielern antreten.

Der zusätzliche Trainingstag am Montag wird von Freizeitsportlern und



-sportlerinnen gut angenommen. Etwas schwieriger ist es für uns, wieder eine neue Jugendmannschaft aufzubauen, Eine angebotene Tischtennis-AG an einem Gymnasium kam zwar zustande, nach deren Ablauf konnten wir allerdings keinen Teilnehmer für unseren Verein gewinnen..

Die Jugendlichen haben sehr viele verschiedene Interessen, die schulischen Anforderungen sind hoch und wir sind in Konkurrenz zu 12 anderen Freiburger Vereinen, die ebenfalls Tischtennis anbieten und wir mit unserer kleinen Halle schon benachteiligt sind.

Ein syrischer Flüchtling hat sich inzwischen ganz gut in unserer Abteilung integriert. Wir wissen noch nicht, wie lange er bleiben kann, wir suchen ein

Zimmer und eine Ausbildungsstelle, sind aber bis jetzt noch nicht fündig geworden.

In letzter Zeit haben wir uns auch zwei neue Tischtennis-Platten und neue Spielfeldumrandungen anschaffen können.

Reiner Dierkes

**Alles aus unserer
Meisterhand**

Fliesenarbeiten
Abbrucharbeiten
Natursteinverlegung
Verputzarbeiten
Gartenterrassen
Estricheinbau
Fugensanierungen
Abdichtungstechnik



**Maler - Renovierungsarbeiten
Gesamtlösungen**

Franz Band - Fliesenbau GmbH & Co. KG
Kunzenweg 18 a · 79117 Freiburg
Tel. 07 61/6 30 56 · Fax 6 09 47
www.franz-band.de

Wasserballturnier unserer Ü15 in Bielefeld

19. bis 21. Mai 2017 - Als wir dieses Jahr erneut eine Einladung nach Bielefeld/Dornberg erhielten, war unsere Freude groß, da wir noch gute Erinnerungen an das letzte Jahr hatten.

Die Hinfahrt erwies sich leider als sehr zeitintensiv, da wir insgesamt ca. 8.5 Stunden unterwegs waren. Dies war jedoch schnell vergessen, da nun das Aufbauen der Zelte anstand und dies sehr lustig war. Beim anschließenden Essen und Trinken konnte man dann feststellen, dass wir nicht nur zum Wasserball spielen in Bielefeld waren. Die Gastgeber taten ein Übriges dazu, dass es uns an nichts fehlte.

Als Aktive waren dabei: Dominik Schwarz, Ensar Adulovic, Julius Schaut, Leonhard Mogalle, Martin Schwarz,

Matthew Schuhmacher, Maximilian Reifert, Maxi Saleyka, Noah Daum, Yannick Saier, Johannes Hofmann und Hagen Mogalle.

Unsere Spiele im Einzelnen:

Freiburg – Wunstorf	7 : 0
Freiburg – Neukölln	6 : 3
Essen – Freiburg	1 : 1

Dadurch kam es zum Endspiel Freiburg gegen Essen. Das Spiel war sehr spannend und endete mit einem 4 : 2 Sieg für uns. Dadurch wurden wir zum ersten Mal mit unserer Jugend Turniersieger.



Unsere Torschützen waren:

Yannick Saier	9 Tore
Maximilian Reifert	8 Tore
Noah Daum	1 Tor

Wir, das heißt , die komplette Mannschaft würde sich freuen, wenn es noch weitere so schöne Jugendturniere gäbe.

Yannick Saier

Abschließend möchte ich mich noch im Namen der Mannschaft bei unserem Trainer Reiner Hasler für das hervorragende Coaching bedanken und bei meinem Opa Helmut Stather für die gute Organisation.

- Zimmerei
- Holztreppenbau
- Solarfachbetrieb

**ARMIN & JOSEF
HASLER**
seit 1912



Türkheimer Straße 1 • 79110 Freiburg i. Br.
Telefon (07 61) 89 69 400 • Telefax (07 61) 89 69 419
info@hasler-holztreppen.de • www.hasler-holztreppen.de

Partie am 25.3. in Ludwigsburg

Auswärtssieg für Freiburg

Am Samstag, den 25.3. fuhren die Freiburger Wasserballer einen deutlichen Sieg gegen den SV Ludwigsburg 08 II ein. Das Hinspiel im Februar ging bereits zu Gunsten der Freiburger aus (28:5; die BZ berichtete). Freiburg konnte nach dem ersten Spielabschnitt bereits sechs Treffer ohne Gegentor verzeichnen. So war die Begegnung von Tabellenführer Freiburg und Schlusslicht Ludwigsburg rasch entschieden. Für die Freiburger stand nach Spielende dennoch fest, dass angesichts bevorstehender Partien gegen starke Gegner aus Cannstatt

und Bietigheim weiter an der Abschlusssicherheit, dem Überzahlspiel und einer durchwegs konzentrierten Abwehr gearbeitet werden muss. Spielpraxis holen sich die Freiburger Wasserballer auch durch Trainingsspiele im benachbarten Colmar.

Julian Wirth

Für den SVV Freiburg trafen: Johannes Michel (5), Florian Klamm (3), Roberto Raspini (2), Antonio Villari (11), Tobias Heinig (5), Oliver Trachte (2)



Fotograph: Keller



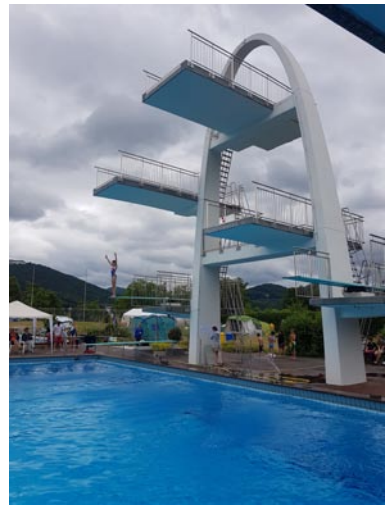
Fotograph: Wirth



Fotograph: Seeger

Pokalspringen in Bad Godesberg

Am Freitag, 23.06. fuhr eine große Mannschaft von 20 Wasserspringern zum Pokalspringen nach Bonn - Bad Godesberg. Dort angekommen wurden erst mal die Zelte auf der Liegewiese des Schwimmbads aufgebaut. Am Samstag morgen wurde gefrühstückt und danach stand die Auslosung auf dem Programm. Gestartet wurde vom 1m-Brett, immer paarweise, ein Anfänger mit einem Fortgeschrittenen. Bei sehr angenehmen Temperaturen und viel Sonne hatten alle viel Spaß und zeigten gute Sprünge. Der Turmwettkampf fand im Anschluss statt. Am Abend fand wie jedes Jahr ein gemeinsames Grillen mit allen Teilnehmern statt. Der



Abend endete mit einem kleinen Spaziergang entlang des Rheins.



Am nächsten Tag startete wieder die Auslosung für den 3m-Wettkampf. Auch in diesem Wettkampf zeigten alle gute Sprünge. Daher waren auch schon alle auf die Siegerehrung der Teams gespannt. Wir waren als Team Baden gemeldet, zu dem auch Simon Jentsch vom WV Mannheim gehörte. Wir konnten uns hinter dem Team von TPS Köln und einer Mannschaft aus den Niederlanden den 3. Platz sichern. Total erschöpft, aber überglücklich kehrten alle SSV Springer gesund und munter nach Hause und meldeten sich freiwillig für das nächste Jahr an.

Wasserspringer in Malaga

Am 09.06.trafen sich 8 Springer und ihr Trainer um 03 Uhr zum 1. Trainingslager der Wasserspringer. Um 06 Uhr saßen alle im Flieger mit dem Ziel: Malaga. Dort gelandet wurden sie von einem Hotelbus abgeholt und ins Hotel gebracht. Dort angekommen wurden die Zimmer bezogen und alle waren sehr gespannt, was der Trainer Christian Hansler, in der ganzen Woche geplant hat. Der erste Wasserkontakt fand im Hotelpool statt. Nach einem Mittagessen (sehr große Auswahl mit sehr guter Qualität) stand das erste Training auf dem Programm. Nach einer Stunde Erwärmung bei knapp über 30 Grad waren alle, bis auf den

Trainer, froh ins Wasser springen zu dürfen. Brettgewöhnung, Absprung und Tauchen waren die ersten Schwerpunkte des 2-stündigen Trainings. Nach einem kleinen Spaziergang vom Bad ins Hotel durften die Sportler ihre nassen Sachen aufhängen und zum Abendessen gehen. Da der Tag doch recht lang war, sind alle ins Bett gefallen. Am 2. Tag standen zwei Trainingseinheiten auf dem Programm. Am Vormittag die Wettkampfsprünge vom 1m und am Nachmittag wurden die Sportler beim Aufwärmen an ihr Limit gebracht (der ein oder andere hatte am nächsten Tag so einen kleinen Muskelkater gespürt). Nach der Erwärmung wurden nochmals



die Wettkampfsprünge vom 1m abverlangt, mit dem Schwerpunkt auf die Technik zu achten. Am 3. Tag gab es kleine Planänderungen durch Missverständnisse der Badebetriebe. Es waren zwei Trainingseinheiten geplant, doch das Becken wurde an ein Filmteam vermietet. Kurzerhand hat der Trainer am Vormittag zum Strandbad eingeladen. Leider



mussten wir uns wieder vom Strand trennen, denn um 16 Uhr standen doch nochmal 2,5 Stunden springen auf dem Programm. Am Montag, 4. Tag, waren 5 Stunden Wassertraining angesagt, 3 Stunden am Vormittag und 2 Stunden am Nachmittag. Neuerlernung von Sprüngen auf dem 1m Brett mit anschließendem Tauchtraining. Der 5. Tag begann wie jeden Tag mit einem sehr guten Frühstück und sehr vielen Übungen für Körperspannung und noch schlimmer, für die Bauchmuskeln. Dem Trainer ist es auf dem 1m zu langweilig geworden und auf dem 3m hat man doch viel mehr Zeit um die Sprünge noch besser ins Wasser zu bringen. Diesmal lag der Schwerpunkt auf dem 3m, auf dem Absprung und der Ausführung. Der Trainer muss sehr zufrieden gewesen sein, denn am Mittag sind wir durch die Einkaufsmeile gelaufen und wurden von ihm auf ein großes Eis eingeladen. Treffpunkt war der

Strand. Nach 2 Stunden Meeresgefühl und leichtem Wellengang ging es zum Abendessen ans Buffet. Am Abend gab es noch eine kleine Zaubershow der Hotel-Animateure. Der vorletzte Tag stand mit neuen Sprüngen vom 3m auf dem Programm und schon der leichten Tendenz, das Turmspringen zu fühlen. Es wurden alle mutig und zogen gleichmäßig an einem Strang und riskierten neue Sprünge vom Turm (5m, 7,5m und 10m). Am Nachmittag, wie täglich vor jedem Training nach der Erwärmung, stand noch ein Highlight auf dem Programm. Der Trainer Christian Hansler bildete Pärchen und alle Pärchen mussten vom 1m Brett drei verschiedene Sprünge zeigen, vom 3m zwei verschiedene Sprünge und vom Turm einen Sprung. Da es keine Medaillen gab wurde der Anreiz damit gesetzt, dass das Verliererpärchen einen neuen Sprung synchron zeigen musste. Ausgesucht wurde dieser

Sprung von dem Siegerpärchen. Aus irgendwelchen Gründen (lag es an der schlechten Synchronität) verloren die zwei Ältesten und ohne Einmischen des Trainers mussten die zwei auf den 5m Turm gehen und einen Salto vorwärts synchron zeigen. Mit einer leichten Schweißperle wurde auch diese Hürde überstanden und der Applaus aller wurde berechtigt gegeben. Am Abend stand leider schon wieder Koffer packen auf dem Programm, denn um 6 Uhr mussten wir aufstehen, noch die letzten Sachen in den Koffer packen, schnell zwei Bissen frühstücken. Der Bus fuhr uns wieder zum Flughafen und mit einem lachenden, aber auch traurigem Auge flogen wir wieder nach Hause.

Kaum zu Hause angekommen musste unser Trainer weiterfahren, mit dem Ziel Deutsche Meisterschaften der Masters in Aachen. Dort traf er auf Stephan Alt, beide haben ihre Leistung von allen drei Höhen abgerufen.

Die Ergebnisse:

Stephan Alt wurde vom 1m und 3m Brett jeweils Erster. Nach einem kleinen Ungeschick und der daraus resultierenden Verletzung konnte Stephan nur einen Teil vom Turm mitspringen, wurde trotzdem verdienter Dritter.

Christian Hansler hatte nach Problemen der Brettannahme sich vom 3m den 3. Platz geholt. Am nächsten Tag war das Beingefühl für den Absprung wieder vorhanden und holte sich den erfolgreichen 2. Platz vom 1m Brett. Vom Turm reichte es zum 4. Platz.

Sowohl Stephan Alt, wie auch Christian Hansler werden im August bei der Weltmeisterschaft der Masters teilnehmen. Die Vorbereitungen für die Sprünge laufen.



Süddeutsche in Frankfurt

Am 30.06. fanden in Frankfurt die Süddeutschen Meisterschaften statt.

Der SSV Freiburg stellte zwei Springer. Yugala Perach durfte vom 3m anfangen und nach guter Leistung sicherte sie sich die Silbermedaille. Kurze Zeit später durfte Gian Mario Dalla Piazza, zum ersten Mal in seinem Leben, sein Können vom 3m zeigen. Mario sprang einigesaubere Sprünge und erreichte einen sehr zufriedenstellenden 8. Platz.

Nach einer regnerischen und lauten Nacht im Zelt ging es am Samstag für Yugala am Vormittag auf den 5m Turm.

Nach anfänglichen Schwierigkeiten der ersten drei Sprunggruppen und einem



kleinen Gespräch mit ihrem Trainer zeigte sie bei den letzten drei Sprüngen, dass sie doch auf einem sehr hohen Niveau springen kann und holte sich den 3. Platz. Nach dem 5m Wettkampf gab es zwischen Trainer und Springer ein 4-Augen-Gespräch. Danach konnten und durften sich die Trainer aus Süddeutschland davon überzeugen, dass beim SSV Freiburg gute Nachwuchsarbeit geleistet wird, denn überlegen holte sich die junge Dame die Goldmedaille vom 1m Brett und in der Gesamtwertung (Kombination) gab es noch die Silbermedaille obendrauf.



Masters in Villingen

Liebe Schwimmkameraden,

hier könnt Ihr die Erfolge der Freiburger am letzten Wochenende in Villingen nachlesen.

Highlight diesmal: Thomas Färber - kein „gelernter“ Schwimmer, der also unseren geliebten Sport seit Jugendtagen betrieben hätte. Vielmehr hat er unter der strengen Aufsicht von Richard Kneusel sich eine Lage nach der andern angeeignet und ist von Jahr zu Jahr immer schneller geworden. Ihr könnt Euch denken, daß dies ein mühevoller Aufstieg war und viel, viel Training gekostet hat, auch zu so unchristlichen Zeiten wie sieben Uhr in der Frühe vor der Arbeit. Vor unseren staunenden und anerkennenden Augen schwamm er die ersten Jahre seiner Schwimmerkarriere immer tapfer hinter den anderen her, wagte sich aber schon an so brutale Strecken wie 100 m Lagen heran.

Aber heute - heute freuten wir uns alle sehr mit ihm: Heute stand er zum ersten Mal auf dem Treppchen (und es waren mehr als drei Teilnehmer in seinem Rennen gewesen). Lieber Thomas, dazu unseren herzlichen Glückwunsch! Es wird ganz sicher nicht das letzte Mal gewesen sein.

Karina Kulbach-Fricke

44. Internationales Masters-Meeting des SC Villingen, 1.4.2017

Damen

200 m Freistil

AK 30: 1. Nathalie Houdek, 2:25,04

100 m Rücken

AK 70: 1. Karina Kulbach-Fricke,
2:07,82

AK 40: 2. Birgit Christoph, 1:37,90

50 m Brust

AK 70: 1. Karina Kulbach-Fricke,
1:04,59

AK 30: 1. Nathalie Houdek, 0:38,90

50 m Freistil

AK 70: 1. Karina Kulbach-Fricke,
0:53,67

AK 40: 1. Birgit Christoph, 0:37,51

AK 30: 1. Nathalie Houdek, 0:30,29

100 m Lagen

AK 40: 2. Birgit Christoph, 1:43,61

AK 30: 1. Nathalie Houdek, 1:18,35

50 m Rücken

AK 70: 1. Karina Kulbach-Fricke,
0:56,82

100 m Brust

AK 30: 1. Nathalie Houdek, 1:24,47

100 m Freistil

AK 40: 2. Birgit Christoph, 1:24,94

Mixed

4 x 50 m Lagen

AK 160: 3. SG Regio Freiburg 2:24,64
(Birgit Christoph 0:44,72; Nathalie Houdek 0:38k,72; Michael Waschkies 0:30.08; Thomas Färber 0:31,12)

4 x 50 m Freistil

AK 160: 2. SG Regio Freiburg 2:04,77
(Nathalie Houdek, 0:30,51;
Michael Waschkies, 0:27,12; Ralph Scheuerbrandt, 0:2990; Birgit Christoph, 0:37,24)

Herren

200 m Freistil

AK 55: 1. Richard Kneusel, 2:29,40
AK 50: 3. Thomas Färber, 2:39,41

100 m Rücken

AK 75: 2. Horst Schweitzer, 2:04,82
AK 70: 1. Kurt Körber, 1:30,13
AK 65: 2. Manfred Zehr, 1:36,48

50 m Brust

AK 65: 3. Manfred Zehr, 0:39,97
AK 45: 2. Michael Waschkies, 0:36,29
5. Ralph Scheuerbrandt,
0:38,46

50 m Freistil

AK 75: 3. Horst Schweitzer, 0:50,97
AK 70: 1. Kurt Körber, 0:34,63
AK 55: 1. Richard Kneusel, 0:29,76
AK 50: 5. Thomas Färber, 0:30,47
AK 45: 1. Michael Waschkies,
0:25,k91

5. Ralph Scheuerbrandt,
0:29,11

100 m Lagen

AK 55: 1. Richard Kneusel, 1:22,84

50 m Rücken

AK 75: 1. Horst Schweitzer, 0:57,27
AK 70: 1. Kurt Körber, 0:39,84
AK 65: 3. Manfred Zehr, 0:44,61
AK 45: 1. Michael Waschkies, 0:31,83
2. Ralph Scheuerbrandt,
0:38,31

50 m Schmetterling

AK 45: 2. Michael Waschkies, 0:28,77
7. Ralph Scheuerbrandt,
0:36,54

100 m Freistil

AK 70: 1. Kurt Körber, 1:20,09
AK 55: 1. Richard Kneusel, 1:07,06
AK 50: 4. Thomas Färber, 1:09,73
AK 45: 1. Michael Waschkies, 0:59,27

4 x 50 m Brust

AK 240: 2. SG Regio Freiburg 2:49,29
(Thomas Färber 0:41,61; Richard Kneusel 0:39,16; Manfred Zehr 0:40,46; Kurt Körber 0:48,06)

4 x 50 m Freistil

AK 240: 1. SG Regio Freiburg 2:28k79
(Ralph Scheuerbrandt, 0:30,56; Kurt Körber, 0:36,27; Richard Kneusel, 0:31,96; Horst Schweitzer 0:50,00)

Übungsangebot des SSVF

Jugendschwimmen

(Ansprechpartnerin: Sandra Letzer)

Schwimmkurse - ab 4 Jahren Westbad Lehrschwimmbecken (nur nach Voranmeldung in der Geschäftsstelle, Tel: 807707)	Mo + Mi Mi + Fr Mi + Fr	16.00-17.00 16.30-17.30 16.45-17.45
Schwimmkurse - Erwachsene	Nach Absprache	
Kaulquappen - Kleinkinder Im Lehrschwimmbecken	Freitag	15:50-16:20
Frösche - ab 4 Jahren Im Lehrschwimmbecken	Mo, Mi + Fr	15:00-15:45
Seepferdchen - ab 5 Jahre 25m Bahn	Mo, Mi + Fr	15:00-15:45
Seehunde - ab 5 Jahre 25m Bahn	Mo, Mi + Fr	15:00-15:45
Forellen - ab 6 Jahre 25m Bahn	Mo, Mi + Fr	15:00-15:45
Delphine	Mo, Mi + Fr	15:00-15:45
Haie/Barakudas - ab 10 Jahre	Mo - Bahn 8 Mi - Springer- becken Fr - 25m Bahn	17:00-17:45 15:45-16:30 15:00-15:45

Leistungsgruppen (Anwesenheitspflicht! Ansprechpartner: Bernd Pinkes)

Junghechte	Di-Fr Sa	16:30-18:00 10:00-12:00
Wettkampfmannschaft	Mo-Fr Sa	18:00-20:00 9:00-11:00 15:30-17:30

Masters (Ansprechpartner Kurt Körper)

Masters	Di, Mi + Fr	20:00-20:45
Technikkurs Masters I Fortgeschrittene	Dienstag	20:00-20:45
Technikkurs Masters II (Bahn 8) + Yoga (im Vereinsheim)	Donnerstag	20:00-20:45 18:00-19:40

Triathlon (Ansprechpartner Stefan Almeling) - www.triteamfreiburg.de

Schwimmen	Mo, Di + Fr Sonntag (nur im Winter)	20:00-20:45 16:00-17:40
Krafttraining/Laufen im Vereinsheim	Mittwoch	18:00-20:30

Tauchen - Finswimming (Ansprechpartner: Bernd Rolker)

Flossenjugend	Mittwoch Donnerstag	18:00-19:00 20:00-21:00
Taucher	Montag	20:00-21:00
Leistungsgruppe	Mo + Do Mittwoch	20:00-21:00 19:00-21:00
Krafttraining	Di + Fr	18:00-19:15
Apnoe-Tauchen Sprungbecken	Montag	21:00-21:30
Gerätetauchen Sprungbecken	Mittwoch	20:00-21:30
Freigewässer	Nach Absprache	

Wasserball (Ansprechpartner: Armin Hasler)

B-, C-, D- und E-Jugend	Dienstag Mittwoch Freitag	18:00-19:00 17:30-19:15 18:00-20:00
A-Jugend	Mo, Mi + Fr Do	20:00-21:45 20:00-20:45
1. + 2. Mannschaft	Mo, Mi + Fr	20:00-21:45

Springen (Ansprechpartner: Christian Hansler)

Anfänger und Fortgeschrittene	Mo Di Do	17:30-19:00 16:30-18:00 16:30-18:00
Erwachsene nur nach Absprache	Mi + Fr	21:00-21:45
Nach Absprache	Sa	Vormittag

Tischtennis (Ansprechpartner: Reiner Dierkes)

Schüler und Jugend (Sporthalle Tullaschule)	Di + Do	18:00-20:00
Freizeitgruppe	Mo	20:00-22:00
Erwachsene	Di + Do	20:00-22:00

Ihre Ansprechpartner im SSVF

Geschäftsstelle

Ulrike Längin Ensisheimer Straße 9, 79110 Freiburg Montag und Mittwoch 18:00-20:00 Uhr	Tel: 0761 / 80 77 07 Fax: 0761 / 89 75 007	info@ssvf.de
---	---	--------------

Präsident

Stefan Ohletz Walter-Benjamin-Str. 3, 79111 Freiburg	0761 / 47 45 43	praesident@ssvf.de
--	-----------------	--------------------

Stellvertretender und geschäftsführender Vorstand

Dr. Michael Börner Verlorener Weg 33b, 79110 Freiburg	0761 / 89 33 27	mb@ssvf.de
---	-----------------	------------

Vorstand für den Sportlichen Bereich

Anke Almeling Neumatten 19, 79232 March	07665 / 9327478	sport@ssvf.de
---	-----------------	---------------

Vorstand für Verwaltung und Organisation

Helmut Stather Heumatten 19, 79232 March	0761 / 47 666 54	organisation@ssvf.de
--	------------------	----------------------

Vorstand für Finanzen

Dr. Bertil Kluthe	0761 / 51474747	finanzen@ssvf.de
--------------------------	-----------------	------------------

Schriftführer

Gerald Späth	0761 / 51 47 944	schriftfuehrer@ssvf.de
---------------------	------------------	------------------------

Hauptausschuss

Schwimmen

Bernd Pinkes		schwimmen@ssvf.de
---------------------	--	-------------------

Masters

Kurt Körber Am Gehracker 12, 79249 Merzhausen	0761 / 40 49 42	masters@ssvf.de
---	-----------------	-----------------

Wasserball

Armin Hasler Abrichstraße 2, 79108 Freiburg	0761 / 13 12 65	wasserball@ssvf.de
---	-----------------	--------------------

Tauchen

Dr. Bernd Rolker Heinrich-Mann-Str. 20, 79100 Freiburg	0761 / 4 00 43 04	tauchen@ssvf.de
--	-------------------	-----------------

Triathlon

Dr. Stefan Almeling		www.triteamfreiburg.de
----------------------------	--	------------------------

Springen

Christian Hansler	0163 / 456 66 91	c.hansler@t-online.de
--------------------------	------------------	-----------------------

Tischtennis

Reiner Dierkes Pechofen 3, 79348 Freiamt	07 645 / 91 35 36	reiner.dierkes@web.de
--	-------------------	-----------------------

Jugendwart

Sandra Letzer		jugend@ssvf.de
----------------------	--	----------------

ZBV

Manfred Zehr	0761 / 5 93 25 39	
---------------------	-------------------	--

Platsch

Stefan Köck	01522 / 21 90 337	platsch@ssvf.de
--------------------	-------------------	-----------------

Mitgliederverwaltung

Sandra Letzer		mitgliederverwaltung@ssvf.de
----------------------	--	------------------------------

Ehrenrat

Waltraud Hasler, Rolf Plö- tze, Bernhard Wissert		
---	--	--

FREIBURG

Bertoldstr. 2
Tel. 0761-36806-0

KIRCHZARTEN

Hauptstr. 19-21
Tel. 07661-2526

UMKIRCH

Mundenhofer Weg 1
Tel. 07665-99188

DENZLINGEN

Hauptstr. 159
Tel. 07666-8285



**Schwimmbrillen
und
Tauchbrillen**

- auch in Ihrer Sehstärke -

Wettkampfserie der Orientierungstaucher

Bischheim

Erster Saisonwettkampf in eiskaltem Wasser mit Komplettausrüstung. Unbeweglichkeit war vorprogrammiert.

MONK: Der schwierigste Kurs zuerst, unter Wasser Kurse abnehmen ohne Einschwimmen ob die Technik funktioniert?

EONK: Völlig ungeplant ohne Plan alleine im See.

5-Punkte: Endlich mal was leichtes, bekanntes

Holtzheim

Angekommen fast eingeschwommen, rausgepiffen und suche nach einem Taucher. Mit einer Stunde Verspätung ging es los mit blanken Nerven.

Stern: Bei 10m Sicht kegelten sich trotz Erfahrung alle bei der ersten Wende raus. Wie immer schliefen wir bei der französischen Mannschaft, da der Heimweg von einer Stunde zu lang war.

M-Kurs: Bis Wende 3 lagen alle auf Kurs doch das Ziel war um zehn Meter nicht da wo es sein sollte.

1. Teil Deutsche und erster Lauf zum Europacup

Ausnahmezustand: Über 100 Sportler, kurze Startabstände, keine Pause für die Kampfrichter und unter Wasser spannende Überholmanöver

Stern: Gute Sicht trotz allem waren die Punkte nicht immer da wo sie sein sollten.

M-Kurs: Unterwasserdenken ist noch nicht unser Spezialgebiet. Die Wendungen, die nicht gefunden werden sollten, waren da.

MTÜ: Fast geschafft und doch knapp

geschlagen worden. Jeweils Platz 4 Ergebnisse: Stets hinter Rostock.

2. Lauf zum Europacup

Erstes Mal alleine unterwegs. Sportler, Trainer, Fahrer und Mannschaftsleiter in einem. Trotz aller Befürchtungen war die Sicht mit einem Meter deutlich besser als befürchtet.

5-Punkte: Wacker geschlagen und doch nicht immer ganz rum. Trotzdem nicht letzter.

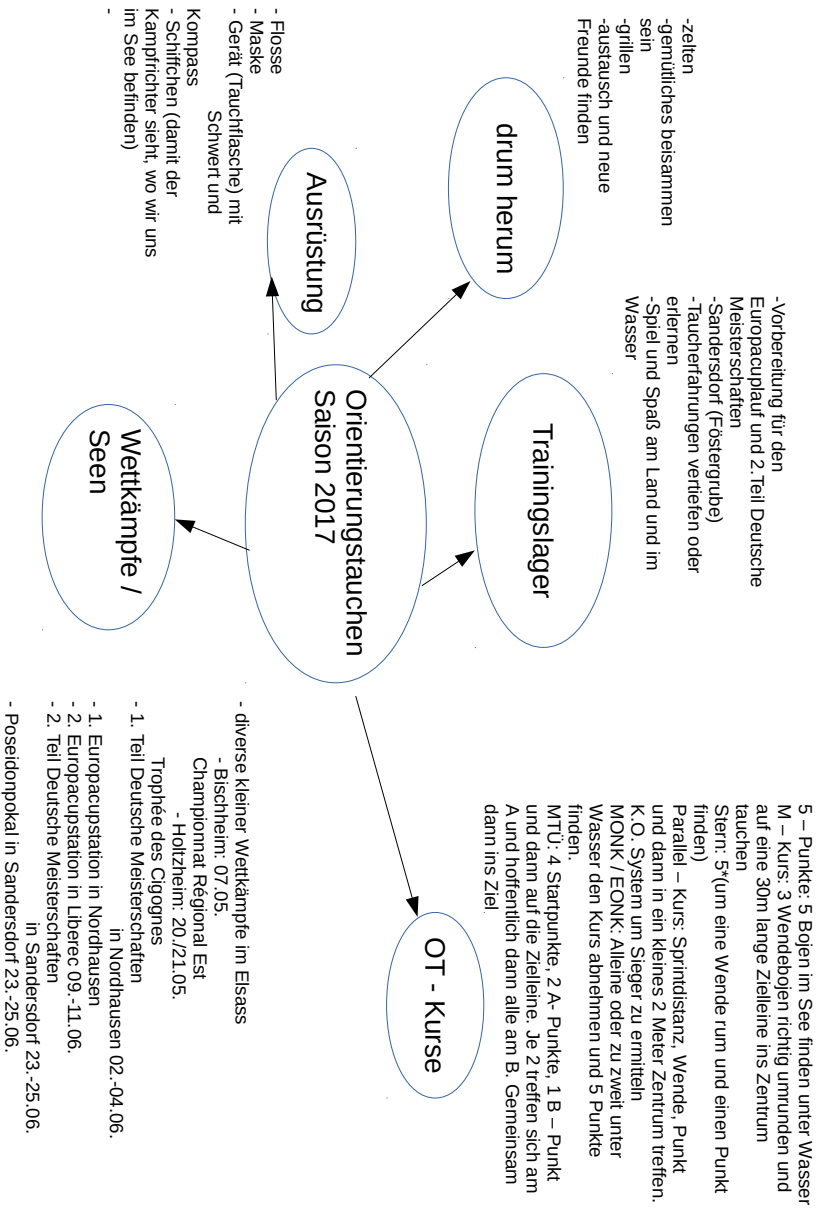
MTÜ: Panik! Trotz Kompasshänger alle drei im Ziel. Mal wieder 4ter. Ein spannendes Erlebnis für alle drei und schöne Erfahrungen.

2. Teil Deutsche Meisterschaften

Fast neuer Anfahrsrekord zum See. Mehr Staus als vorankommen auf der Autobahn. Gewohntes Teilnehmerfeld, die Jugend stets schneller als die Erwachsenen. Sehr gute Sicht, die Schnelligkeit war stets ein großer Vorteil. Alle Punkte waren da, wo sie sein sollten, Überholmanöver waren auch gut gelöst worden in beider Hinsicht.

Short – Race: Die drei „alten Hasen“ konnten die Erfahrung nicht ausspielen und trafen das Zentrum nicht, die „Neue“ schwamm souverän rum und konnte sich bis ins Viertelfinale vor kämpfen.

MONK: Johanna und Theresa in der Jugend fanden alle Punkte auf Flaschenspitze, Jana und Claudia fanden alle Punkte teils auch nach ein bisschen suchen. Aber egal rum ist rum. Die Saison neigt sich dem Ende und die Erfahrungen sind wieder um einiges größer geworden.





Ein Typischer OT-Wettkampf



Trainingslager der Flossenschwimmer in Sandersdorf



Vom 5.6. bis 9.6.2017 fuhren 11 Flossenschwimmer zum Trainingslager nach Sandersdorf. Dort stand uns direkt am See das dortige Vereinsheim zur Verfügung. Das Vereinsheim hat ein eigenes Trampolin, mehrere Schlafsäle, Und selbstverständlich gab's auch 3 Ruderboote, wobei eines davon unter Wasser erst noch entdeckt werden musste.



Im See gab es nicht
nur alte Wracks, sondern
auch Seerosen,



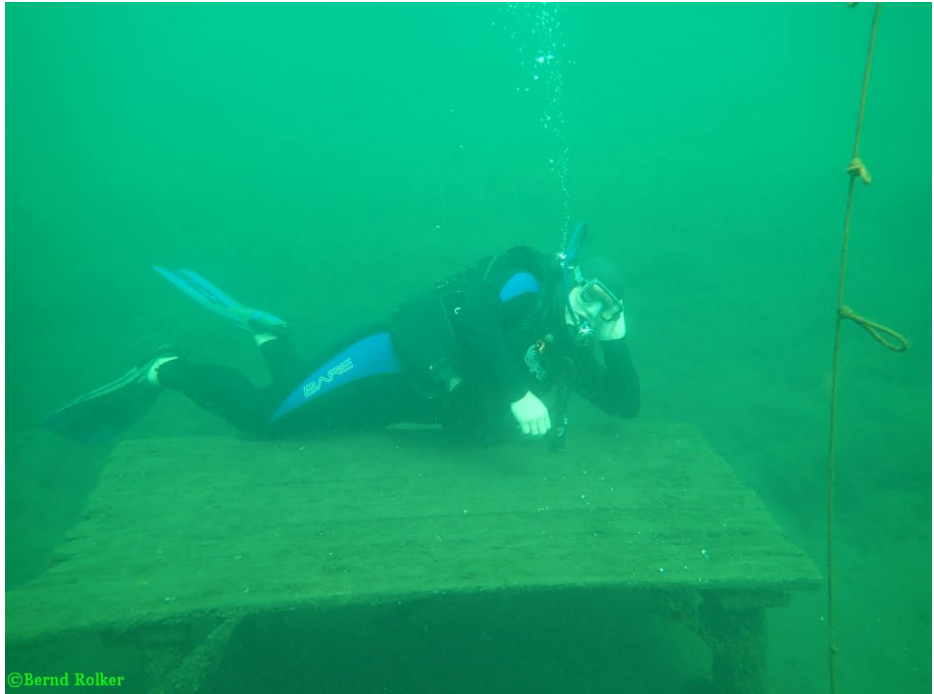
Fische die sich
in den Seerosen
versteckten,



sowie Hechte auf
Beutezug.



Während manche ihre Tauchausbildung vorantrieben, übten sich andere im Orientierungstauchen, schwammen, oder hatten einfach nur Spaß beim Entspannen.



Deutsche Jahrgangsmeisterschaft

Sieben Plätze unter den besten Acht für SG Regio bei Deutscher Jahrgangsmeisterschaft am So, 11.06.2017.

Zu einer Medaille hat es nicht gereicht für Freiburgs Nachwuchsschwimmer bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften vom 29. Mai bis 2. Juni in Berlin. Das wäre an und für sich eine negative Darstellung der Situation, die den Erwartungen an Freiburgs Jugendschwimmer aber in keinsten Weise gerecht werden würde. Mit Podestplatzierungen für die SG Regio war im Vorfeld der nationalen Titelkämpfe der Jugend nicht zu rechnen. Vielmehr ging es für Freiburgs Jugend darum Erfahrung zu sammeln und sich weiter an die Spitze heran zu kämpfen. Und dieses Ziel wurde mehr als erreicht. Mit der durchaus schon beeindruckenden Anzahl von 19 qualifizierten Schwimmern war die SG Regio in die Hauptstadt angereist. Sieben Plätze unter den ersten acht von fünf Schwimmern stand am Ende der Veranstaltung zu Buche. Die punktbeste Leistung zeigte Marco Färber- Gonzalez über die 200m Freistil. Im Jahrgang 97/98 wurde er in starken 1:52,36 Fünfter. Ihm gleich tat es Simon Hasler, der im Rücken-Mehrkampf des Jahrgangs 2004 ebenfalls Platz fünf erreichte. Annika Längin konnte zwei Finalteilnahmen feiern. Über die 400m Lagen gelang ihr in 5:06,39 Min. ein sechster Platz. Achte wurde sie über die gleiche halb so lange Distanz in 2:26,56

Min.. Ebenfalls zweimal stand Cassiel Bauder (Jahrgang 2001) im Finale. Über 100m Freistil reichte es in 53,04 Sek. zu Platz sieben. Die 50m Freistil beendete er in 24,78 Sek. auf Platz acht. Auch Eva Isfort (2004) erreichte wieder ein Finale. Über die 200m Schmetterling wurde sie in 2:32,34 Min. siebte. Neunte Plätze erreichten Björn Jansen (97/98) über 1500m Freistil in 16:52,81 Min., Anna Kluthe (2004) über 200m Brust in 2:49,79 Min., Eva Isfort über 100m Schmetterling in 1:07,62 Min. und Cassiel Bauder über 200m Freistil in 1:58,56 Min.. Das sich Freiburgs Nachwuchs weiter an die nationale Spitze heranpirscht zeigt auch ein weiteres Ergebnis. Zwischen Platz zehn und fünfzehn gab es noch weitere fünf Platzierungen.

Boris Troll

Dreimal Bronze für Regioteams bei Süddeutscher Meisterschaft

Do, 11.05.2017 - Freiburgs Schwimmstaffeln auf dem Podest

Am vergangenen Wochenende stand auf dem Weg zu den nationalen Wettkämpfen mit den Süddeutschen Meisterschaften in Sindelfingen (offenen Klasse und älteren Jahrgänge) eine weitere Zwischenstation auf dem Programm. Dabei zeigte sich das Team der SG Regio besonders in den Mannschaftswertungen gut aufgestellt. Alle Männerstaffeln konnten sich jeweils die Bronzemedaille ergattern. Die 4x200m Freistilstaffel sicherte sich den

dritten Platz in der Besetzung Marco Färber-Gonzalez, Linus Richter, Simon Grimm und Armin Hummel in der Zeit von 8:00,83 Min.. Im Austausch von Toni Pinkes gegen Armin Hummel gewann man dann in gleicher Besetzung ebenfalls Bronze mit der 4x100m Freistilstaffel in 3:33,83 Min. Und in der Besetzung Thomas Holzkamm, Timo Stöhr, Toni Pinkes und Linus Richter sicherte sich die Freiburger 4x100m Lagenstaffel in 3:58,90 Min. ebenso Rang drei. Knapp vorbei an den Medaillenrängen in der offenen Klasse schwamm Thomas Holzkamm über





die 100m Schmetterling (56,80) und Timo Stöhr über 200m Brust (2:21,83). Holzkamm erreichte zudem noch gute Platzierungen mit Rang fünf über 50m Schmetterling (25,51) und einem siebten Platz über 50m Rücken (27,84). Bei den Frauen zeigte Anika Längin mit einem sechsten Platz über die 200m Lagen (2:26,66) die beste Leistung. Im Jahrgang 1998 konnte Sophia Bach den Gewinn der Silbermedaille über 100m Brust (1:18,75) feiern. Über die doppelt so lange 200m Distanz reichte es für sie zum Bronzerang (2:48,24). Während die älteren Jahrgänge in Sindelfingen am Start waren, mussten die Jüngeren eine Fahrt zu den Süddeutschen Jahrgangsmeisterschaften nach Ingolstadt auf sich nehmen. Freiburgs

Schwimmtalente hatten am Ende eine erfolgreiche Bilanz vorzuweisen. Insgesamt 29 Mal wurden Platzierungen unter den ersten acht erreicht. Ein Nachweis dafür, dass der Nachwuchs der SG Regio auch in seiner Breite gut aufgestellt ist.

Boris Troll

Titelflut für Freiburgs Schwimmer bei Badischer Meisterschaft

Mi, 17.05.2017 - SG Regio in Baden an der Spitze

Stiller Beginn der Badischen Frühjahrsmeisterschaften am vergangenen Wochenende im Freiburger Westbad. Mit einer Gedenkminute für die vor kurzem verstorbene Freiburger Trainerlegende Wolfgang Cempirek und dem Präsidiumsmitglied des Badischen Schwimm-Verbandes Klaus Müller wurde die Veranstaltung eröffnet. Stimmungsvoll ging es dann mit den Wettkämpfen mit vor allen Dingen aus Freiburger Sicht erfreulichem Ergebnis los. Mit 21 gewonnenen Meistertiteln in der offenen Klasse stand die SG Regio am Ende allein an der Spitze des Medaillenspiegels und hatte allen Grund zur Freude. Auch wenn einige Topleute aus Heidelberg nicht am Start waren, kam das gute Abschneiden für die SG auch überraschend. „Wir befinden uns in der Vorbereitung auf die nationalen Meisterschaften. Die Ermüdung durch die hohen Trainingsumfänge ist doch auch sehr groß“, so Regiotrainer Bernd Pinkes. So wollten viele Topschwimmer den Wettkampf nutzen, um ihr Stehvermögen zu verbessern. Erfolgreichste Freiburger waren bei den Männern in der offenen Klasse der Allrounder Toni Pinkes und Kraulspezialist Marco Färber-Gonzalez mit jeweils drei Siegen. Pinkes gewann seine Rennen über 200m (2:13,92) und 400m Lagen (4:51,21) sowie über 50m

Brust (31,22). Färber-Gonzalez siegte über 100m (53,06), 200m (1:55,85) und 400m Freistil (4:08,83). Je zweimal konnten sich Thomas Holzkamm und Brustschwimmer Timo Stöhr in die Siegerlisten eintragen. Vielstarter Holzkamm, der insgesamt elfmal an den Start ging, gewann die 50m (27,86) und 100m Rücken (1:01,94). Stöhr holte sich über 100m (1:07,33) und 200m Brust (2:28,37) die Goldmedaille. Das gute Ergebnis bei den Männern vervollständigten Bader Chabchoub mit dem Titelgewinn über die 1500m Freistil (16:54,03) und Linus Richter über 50m Freistil (24,47). Beste Frau aus dem Team der Freiburger war Anika Längin. Sie gewann drei Titel über 200m (2:27,97) und 400m Lagen (5:17,88) sowie die 200m Rücken (2:29,19). Über einmal Gold konnte sich Sophia Bach freuen. Sie schlug über 200m (2:45,39) Brust als Erste an. Auch die meisten Staffeln wurden von der SG Regio gewonnen. So war man bei den Männern über 4 x 100m Freistil (3:34,07), 4 x 100m Lagen (4:14,71) und 4 x 200m Freistil (8:16,26) erfolgreich. Die Frauen siegten sowohl mit der 4 x 100m Lagen - (4:37,15) als auch mit der 4 x 200m Freistilstaffel (8:16,26). Übertrendend war auch die Bilanz bei den Jahrgangswertungen. Mit 42 Titeln standen die Freiburger einsam an der Spitze der Landeswertung. Die meisten ersten Plätze feierten mit vier Titeln Nicolai Almeling (2001), Cassiel

Bauder (2001), Lena Figlesthaller (2002), Simon Hasler (2004), Eva Isfort (2004), Larissa Jansen (2005), Anika Längin (1999) und Kai Zicai (2006). Je dreimal waren Hans Funck (2002), Tim Kaiser (2005), Henri Klebes (2006), Anna-Karolina Kluthe (2004), Friederike Kluthe (2000), Jolina Saier (2005) und Sara Steil (2002) erfolgreich. Zwei Titel gingen jeweils an Oliver Ehrmann (2002), Katharina Kluthe (2003), Estella Schmieg (2006) und Nikolas Schmieg. Einmal siegreich waren Franka Amann (2003), Christian Baskal (2004), Niclas Christoph Dern (2003), Amelie Figlesthaller (2005), Tamino Hönninger, Emilia Kasek (2006), Sofia Kasek (2003), Vivien Knaack (2001), Timo Rüttschle (2004), Katalin Vollbrandt (2003) und Lukas Waschkies (2002). Nach dem Erreichen vieler Pflichtzeiten freuen sich nun die beiden Regiotrainer Steffi

Hellmann und Bernd Pinkes schon darauf mit einem von 19 Schwimmern (3 FT, 16 SSVF) bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften Ende Mai in Berlin an den Start gehen zu dürfen.

Boris Troll

Stather 

Wasser

Badideen

Wärme

Alternativenergien

Gebäudesanierung

Service

E. Stather GmbH

Günterstalstr. 24

79100 Freiburg

Tel. (0761) 79 09 29 - 0

www.e-stather.de

100 Jahre 1911-2011

Freiburgs Schwimmer im Landesvergleich auf Platz zwei

Dörte Baumert holt vier Titel bei Baden-Württemberg Meisterschaft

Obwohl sie sich in diesem Jahr eigentlich auf ihren beruflichen Werdegang konzentriert und ihr Trainingspensum deshalb deutlich reduziert hat, ist Dörte Baumert sportlich kaum zu stoppen. Bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften am vergangenen Wochenende im schwäbischen Neckarsulm war sie abermals erfolgreichste Freiburger Schwimmerin mit vier gewonnenen Titeln in der offenen Klasse. Die Rückenspezialistin gewann neben ihren Paradestrecken 50m (30,52), 100m (1:04,66) und 200m Rücken (2:20,51) auch noch die 50m Schmetterling (28,45). Ihr gleich tat es Mannschaftskollege Timo Stöhr. Er gewann einen Landestitel über die lange 200m Bruststrecke in 2:24,74 Min.. Silbertränge gab es für Toni Pinkes über die 200m Lagen, Simon Grimm über 200m Freistil und Anika Längin über 200m Lagen. Grimm konnte sich zusätzlich noch über den Gewinn der Bronzemedaille über die 400m Freistil freuen. Längin gelang dies ebenso über die 100m Rücken. Im Landesvergleich mussten Freiburgs Schwimmer nur dem Team aus Neckarsulm den Vortritt gewähren, das unter anderem mit Olympiaschwimmer Clemens Rapp angetreten war. Am Ende fand man sich im Medaillenspiegel auf

Platz zwei wieder. Charakteristisch dafür waren auch die zweiten Plätze in den Staffelwettbewerben. Hier konnten die Männer über die 4x100m Freistil, die 4x200m Freistil und die 4x100m Lagenstaffel den Gewinn der Silbermedaille feiern. Die Damen belegten mit der 4x100 Lagenstaffel ebenfalls Platz zwei. Über 4x100m Freistil wurde sie ebenso Dritte wie die zweite Herrenmannschaft über die 4x100m Lagen.

Auch im Nachwuchsbereich konnte sich die SG Regio wieder eine vordere Platzierung sichern. Im Medaillenspiegel der Jahrgangswertung belegte Freiburg am Ende mit vierzehn gewonnen Titeln hinter Karlsruhe und Sindelfingen den dritten Rang. Dreifachtitelgewinner im Jahrgangsbereich waren Anika Längin (Jahrgang 98/99, 100R, 200R, 200L) und Nicolas Kenk (00, 50B, 100B, 200B). Je zweimal gewann Sophia Bach (98/99, 100B, 200B) und Eva Isfort (04, 100F, 200F). Über einen Landestitel im Jahrgang konnten sich Katharina Kluthe (03, 100S), Vivien Knaack (01, 100R), Nicolai Almeling (01, 100R), Björn Jansen (99/98, 200L) und die Jüngsten in der Mehrkampfwertung Simon Hasler (04, Rücken) sowie Henri Klebes (06, Freistil) freuen.

Boris Troll

Trainingslager Schwimmen

Nachwuchsmannschaft in Lloret de Mar

06.April 2017 Christian Baskal, Timo Rüttschle, Nikolas Schmieg:

Am ersten Tag haben wir uns an einer Haltestelle (Bissierstraße / Freiburg) getroffen. Herr Baskal hat mit seinem großen Lieferwagen alle Koffer zum Flughafen nach Basel gefahren. Mehrere Eltern fuhren die Schwimmer hin. Als alle dort waren sind wir zum Check-in und danach zur Kontrolle gelaufen. Alle 26 durften mit kommen und bald flogen wir über Berge und Wolken. Nach eineinhalb Stunden Flug sind wir in Barcelona angekommen. Von einem netten Fahrer mit einem schicken Bus sind wir abgeholt worden und ins Hotel

in Lloret de Mar gebracht worden. Bevor wir Schwimmen gegangen sind, konnten wir noch unsere Koffer auspacken. Im Schwimmbad waren die Leinen nicht hochkant sondern quer, so dass wir auf 25m-Bahnen geschwommen sind. Gleich danach ging es zum Abendessen (- Buffet) ins Hotel. Abschlussrunde durch alle Zimmer für Kati und Matthias. Nachdem das Licht ausgeknipst war , schliefen schon (fast) alle.

07.04.2017 Ruben Letzer,Lukas Waschkies,Simon Hasler:

Am Freitagmorgen mussten wir um



7.00 Uhr am Frühstückstisch sitzen, deshalb mussten wir um 6.45 Uhr aufstehen. Da wir das aus dem Schulalltag kennen, war das für die meisten kein Problem (Außer für 12 mal NN). Danach ging es ab in ein hartes aber auch lustiges Training (4,9 km). Nach einer kurzen Pause gab es Mittagessen. Das Fleisch war göttlich aber auch der Rest war gut. Später sind wir an den Strand gelaufen. Nach nasser Kleidung, Fußballfouls und Seilhüpfen im Sand gab es Wassermelonen. Kurz darauf ging es in die zweite Trainingseinheit des Tages. Nach anstrengenden 5,3km gab es Abendessen. Danach haben wir noch einen kleinen Stadtrundgang gemacht. Nach diesem anstrengenden Tag fielen alle erschöpft ins Bett.

08.04.2017 Zora Gartmann, Cecilia Seper, Lisi Machaidze:

Heute Morgen mussten wir um 6.15 Uhr aufstehen. Nach 4,2 km (Schwimmen) liefen wir schließlich zum Hotel zurück. Heute durften wir zum ersten Mal für eine Stunde in die Stadt, doch als wir Matthias und Kati nicht fanden, die unser Geld hatten, wurde daraus nur mal eine knappe Stunde. Nach dem Mittagessen gingen alle zusammen an den Strand. Wir chillten erst mal eine halbe Stunde. Danach sprangen wir Seil und aßen Erdbeeren mit Sahne. Als wir unser zweites Training hatten, brannten unsere Gesichter - alle hatten etwas Sonnenbrand. Das Training heute war anders als normalerweise, weil wir in zwei Gruppen aufgeteilt worden sind und wir jeweils eine Stunde Schwimm- und eine Stunde Lauftraining hatten.

Der Schwerpunkt war Brust. Nach dem Abendessen gingen wir alle auf die Zimmer und schauten DSDS an.

09.04.2017 Larissa Jansen, Jolina Saier:

Um 6.30 Uhr gibt es Frühstück. Ruben hat heute Geburtstag. Alle gratulieren ihm. Von 8.00 Uhr bis 10.00 Uhr ist Schwimmtraining. Um 10.50 Uhr treffen wir uns alle am Hotelpool und los geht es zur Bushaltestelle. (Seid ihr schon mal , bei schönstem Wetter in einen öffentlichen Bus als Gruppe von 26 Personen eingestiegen ?) Als wir in Tossa ankommen, haben wir erst mal einen Stadtplan gesucht. Matthias führt uns zur Burg. Oben angekommen machen wir Vesperpause, Fotos und Quatsch. Nach einer Stunde geht es weiter, jetzt bergab zu einer kleinen Bucht. Dort ist es sehr schön.





Wir klettern und springen von Stein zu Stein. Wir gehen weiter zum Strand von Tossa. Alle werden in Gruppen eingeteilt und los geht es in die Stadt. Gegen 16.00 Uhr sind alle zurück. Die Jungs spielen Fußball, die Mädchen versuchen den Ball zu klauen. Der ganze Tag war spaßig. Am Strand gibt es belegte Baguettes. Wir haben noch etwas Zeit zum Spielen, dann geht es zurück zur Bushaltestelle. Beim Abendessen bringt unsere Kellnerin einen mit Kerzen bestückten Kuchen und singt: „Happy birthday“. Darüber freut sich Ruben sehr. Larissa bekommt noch einen Lachflash und spielt „Mülleimer“ für die Kuchenreste.

10.04.2017 Mia Schumacher, Helena Schmieg, Emilia Bairamova:

Heute klingelt unser Wecker um 6:50 Uhr. Trotz einer halben Stunde später aufstehen, sind wir immer noch müde. Nach dem Frühstück laufen wir zum Schwimmbad. Nach dem Schwimmtraining ist Besprechung. Zum Teil Videoaufnahmen + Zirkeltraining zusammenstellen. Mittagessen, 1h Freizeit. Weiter geht es mit Sport: Zirkeltraining – Schwimmtraining – Abendessen – Spaziergang zum Strand (Vollmond über dem Meer.) – zurück ins Hotel – ab ins Bett.

11.04.2017 Anna Kluthe, Franka Amann, Irina Kasek:

Heute Morgen quälten wir uns um kurz vor 7.00 Uhr aus dem Bett, denn es gab schon um 7.00 Uhr Frühstück. Frisch und (nicht) munter erschienen alle. Schwimmsachen holen, gemeinsam gingen wir zum Schwimmbad. Doch bevor es rein ging, wärmten wir uns (leider) mit Laufen auf. Als es endlich Richtung Becken ging, waren (nicht) alle glücklicher als je zuvor. Nach dem 5,3km anstrengenden Training liefen wir wieder zum Hotel zurück. Besprechung für die Mädchen. 12.15 Uhr Mittagessen für alle. Doch viel Pause blieb nicht, um 14.00 Uhr trafen wir uns wieder in der Eingangshalle. Eine Gruppe geht Joggen, die andere

in den Krafraum. Eine halbe Stunde später rennen alle zum Bad. Nach einer kurzen Snack- und Schnaufpause wieder das Zirkeltraining. Weiter ohne Pause : 5,8 km Schwimmen. 19.00 Uhr Abendessen. Danach – nein nicht schlafen gehen –hoffnungslose 10 Minuten später liefen wir wieder zum Strand. Später zurück, legten sich alle müde ins Bett und versuchten so schnell wie möglich einzuschlafen.

12.04.2017 : Jule Riexinger, Julia Kaiser, Sofia Kasek :

7.00 Uhr Frühstück, 8.00 Uhr Abmarsch zum Bad, 8.30 Uhr–10.30 Uhr Schwimmtraining, danach gab es Salzstangen, Bananen und Kekse. Nach dem Mittagessen gehen wir wandern



(max. 5km). Wir chillten am Strand. Es gab Erdbeeren mit Sahne, Wassermelone und Müsliriegel. Um 17.30 Uhr liefen wir zurück. Freizeit bis 18.30 Uhr. Abendessen, dann waren wir bowlen. Um 20.30 Uhr waren alle im Zimmer und machten sich bettfertig.

13.04.2017 Benni Kenk, David Lomsadze:

Wie immer : 7.00 Uhr Frühstück : lecker und kalorienreich. 8.30 Uhr : 1. Trainingseinheit des Tages : 5,9 km. Freiwillig eine Stunde shoppen gehen. 12.30 Uhr Mittagessen. Ausruhen (was auch immer das bedeuten könnte). Nachmittags: Studententest. Alle sehr nervös - doch bis auf einen Schwimmer überstehen alle diese Stunde gut. Danach alle an den Strand – wer will darf baden gehen (alle). Zurück zum Hotel in kleinen Gruppen. 20.00 Uhr : Abendessen. Heute nur noch Koffer packen... irgendwann schlafen.

14.04.2017 Tim Kaiser, Lazar Troll:

Der letzte Tag. Ab 6.00 Uhr lief Kati durch unsere Zimmer und schaute, dass wir nichts vergessen. Mit den Koffern durften wir mit dem Aufzug nach unten fahren. Frühstückten. Danach laufen wir mit den Koffern zum Bus. 1h später sind wir in Barcelona am Airport. Koffer abgeben – Sicherheitskontrolle – ab, zu unserem Gate – rein ins Flugzeug. Ungefähr 1.30h später landen wir in Basel. – aussteigen – Passkontrolle – Koffer holen.

Manche Eltern erwarteten die Kinder – ein paar Eltern waren noch gar nicht da. Nach ein paar Minuten kamen schon die restlichen Eltern.



Sport:

Ihr seid 58,5 km in 13 Trainingseinheiten geschwommen + den Kilometern aus dem Stundentest, ihr hattet eine TK Einheit Brust und eine Einheit mit ZK. Es gab jede Menge Angebote an Gymnastik, Lauf – und Kraftübungen vor den Schwimmeinheiten, bei der Wanderung seid ihr ca. 14 km gegangen. Am Strand hattet ihr meist Bälle dabei, dort seid ihr viel gerannt und Seil gehüpft. Jeder ist 200m Lagen + 100m in seiner Hauptlage auf Zeit geschwommen. Wie viel jeder tatsächlich geschwommen ist, entnehmt ihr euren Trainingstagebüchern.

Ausflüge:

Ein Ausflug ging mit dem Linienbus nach Tossa de Mar; eine Fußwanderung an den nicht ganz so „überlaufenen“ Strand Platja de Fenals.

Verpflegung:

Frühstücksbuffet / Mittagsbuffet/ Abendbuffet. Zusätzlich zur Hotelverpflegung habt ihr etliche Pakete Cornies u.ä. , 5 kg Salzgebäck,... einige Kilos Äpfel + Orangen + Bananen+ Wassermelonen + Erdbeeren verzehrt. Wasser habt ihr sehr viel getrunken.

Jetzt liegt es an jedem Einzelnen, was in sehr intensivem Training eingeübt wurde, hier zuhause auch weiterhin umzusetzen, um ein hohes Niveau an Schwimmleistungen abrufen zu können.

Studentest:

Der Studentest ergab folgende Schwimmstrecken:

Lazar	4130m
Franka	4120m
Simon	4115m
Anna	4080m
Lukas	4025m
Julia	3770m ;
Irina	3760m
Jolina	3760m
Timo	3760m
Jule	3750m
Benedikt	3710m
Helena	3700m
Larissa	3650m
David	3560m
Nikolas	3560m
Mia	3560m
Sofia	3545m
Zora	3450m
Emilia	3475m
Ruben	3475m
Cecilia	3350m
Lisi	3325m
Tim	3325m
Christian	2300m(41')

Wir wünschen euch viel Erfolg bei den kommenden Wettkämpfen

Matthias und Kati



Schwimm-Sport-Verein Freiburg e.V.

Ensisheimer Strasse 9
79110 Freiburg

EDV NR.:

Neumitglied

Anmeldung

Name: Karten-Nr.:
 Vorname: weiblich ☐ männlich ☐
 Adresse:
 PLZ: Ort:
 geboren am:
 Telefon:
 E-Mail:

**Lichtbild
beifügen!!**

Ferner beantrage ich die Mitgliedschaft für:

Name: Karten-Nr.:
 Vorname: weiblich ☐ männlich ☐
 geboren am:

Name: Karten-Nr.:
 Vorname: weiblich ☐ männlich ☐
 geboren am:

Name: Karten-Nr.:
 Vorname: weiblich ☐ männlich ☐
 geboren am:

Abteilung

Schwimmen ☐
 Springen ☐
 Triathlon ☐
 Tauchen/
 Finswimming ☐
 Wasserball ☐
 Tischtennis ☐

Hiermit erteile ich Ihnen den Auftrag, mittels SEPA-Lastschriftverfahren vom Konto bei meiner Bank (siehe Beiblatt Lastschrift mandat), die Halbjahresbeiträge jeweils zum 01.01. und zum 01.06. eines Jahres abzubuchen. Im Beitrag ist eine Sportunfallversicherung enthalten. Mir ist bekannt, dass Kündigungen nur gemäß der Regelungen der Satzung möglich sind. Die Satzung ist im Internet unter www.ssvf.de einzusehen. Außerdem versichere ich durch meine Unterschrift, dass ärztlicherseits keine Bedenken gegen eine Teilnahme an den sportlichen Aktivitäten des SSVF bestehen.

Unterschrift: _____
 (bei unter 18 jährigen des gesetzlichen Vertreters)

Name, Vorname: _____

des gesetzlichen Vertreters bitte deutlich in Druckbuchstaben

Beiträge:	1 Person	216 Euro/J	Satzung eingesehen	☐
	2 Personen	358 Euro/J	Ausweis erhalten	☐
	3 Personen	444 Euro/J	Vollmitglied ab _____	☐
	4 u. mehr Personen	504 Euro/J	Passivmitglied	☐
	Aufnahmegebühr (einmalig)	30 Euro	Bild beifügt	☐

Tel.: 0761- 80 77 07 / Fax 0761 - 8 97 50 07 / E-Mail info@ssvf.de

Volksbank Freiburg

IBAN: DE20 6809 0000 0015 0465 03 BIC: GENODE61FR1



Schwim-Sport-Verein Freiburg e.V

Ensisheimer Strasse 9, 79110 FREIBURG

Gläubiger-Identifikationsnummer DE9400100000386568

Mandatsreferenz SSVF-Mitgliedsnummer

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Schwimm-Sport-Verein Freiburg e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem SSV Freiburg e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name und Vorname (Kontoinhaber)

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Kreditinstitut

IBAN: D E __ | __ | __ | __ | __ | __

Ort, Datum

Unterschrift

CHRISTIAN
Bleich
MALERMEISTER

*Maler- und
Tapezierarbeiten
Bodenbeläge*

*Am Lindacker 12
79115 FREIBURG
Tel.: 0761-473839
Fax: 0761-7075896*

**Ihre Druckerei für Privat- und Geschäftsdrucksachen
Prospekte, Hefte und Schnelldrucke**



Böhm & Co
Offsetdruck

Offsetdruck GmbH · Egonstraße 22 · 79106 Freiburg
Telefon 07 61 / 27 83 52 · Fax 07 61 / 28 99 65 · www.boehm-freiburg.de



Ein Konto für alles Mögliche.



contomaxx.de

x-mal sicherer mit contomaxx**.**

Dieses Giro- und Erlebniskonto nimmt Ihnen alle Sorgen um Bankkarten, Banking, Elektronikgeräte und sogar Schlüssel locker ab. Mehr Infos zu allen Vorteilen von conto**maxx** gibt's online, bei der Sparkasse vor Ort oder in der conto**maxx**-App. ... lebe dein Konto!

Wenn's um Geld geht

