



Juni 2014

Hallo,

im Mai durften wir uns über tolle Erfolge bei den Landesmeisterschaften der Jugend freuen. Außerdem begannen unsere Rettungsschwimmkurse Bronze, Silber und Gold. Unser Wettkampfteam stieg in die Outdoor-Saison ein.

Badische Meisterschaften in Bühl

Am 17. und 18. Mai fanden in Bühl die Badischen Meisterschaften unserer Jugend statt. Durch unsere Erfolge bei den Bezirksmeisterschaften (siehe Ausgabe April) durften wir mit vier Mannschaften und fünf Einzelteilnehmern starten. Wie üblich fanden samstags die Mannschaftswettkämpfe statt. Für die beiden Teams der Altersklasse (AK) 13/14 begannen die Schwimmdisziplinen früh am Morgen und die Teams der offenen AK begannen mit der HLW. HLW bedeutet Herz-Lungen-Wiederbelebung und wird an einem Übungsphantom durchgeführt. Nur wer diese exakt nach Vorgabe durchführt, kann 200 Punkte für seine Mannschaft ergattern. Bei den Damen lief dies reibungslos, die Herren mussten anfangs zittern, konnten jedoch nach einem Einspruch auch mit der vollen Punktzahl von 800 aus der HLW zu gehen.



Unser Team AK13/14 Olivia, Nathalie, Jens, Geri, Jens-Aaron, Anne und Jannis mit den Betreuern Bastian, Anika und Manuel

Parallel lieferten im Hallenbad die Teams der AK 13/14 einen beinahe tadellosen Wettkampf ab. Einzig unserem zweiten Team unterlief in der Rettungsstaffel ein kleiner Fehler als der zweite Schwimmer kurz vor der Wende auftauchte und über Wasser anschlag anstatt unter der Wasserkante. Das wurde mit 50 Strafpunkten geahndet. Trotz der Strafe gelang unserem Team II mit [Alexander Rastetter](#), [Jens Aaron Essig](#), [Anne Nothtroff](#), [Olivia Mae Reichert](#) und [Jannis Kastner](#) am Ende der Sprung auf Platz 7. Team I mit [Miriam Würz](#), [Nathalie Grosar](#), [Jens-Uwe Jirikowsky](#), [Nicolas Mahovsky](#) und [Geri Werthwein](#) setzte noch einen drauf und erreichte den 3. Platz.

Während die Schwimmer der AK 13/14 am Nachmittag dann bei der HLW die erschwommenen Platzierungen zu verteidigen hatten, was auch erfolgreich gelang, hieß es nun für die Teams der offenen AK ab ins Wasser und an den Ergebnissen der HLW anzuknüpfen. Dies gelang beiden Teams. Die Damenmannschaft mit [Marina Schulz](#), [Annika Wicht](#), [Melanie Liebmann](#), [Tatjana Kaiser](#) und [Stephanie Schmitt](#) schwamm auf ähnlich hohem Niveau wie an den Bezirksmeisterschaften und erreichte somit Rang 4. Auch das Herrenteam mit [Martin Reiner](#), [Dennis Liebmann](#), [Manuel Neumaier](#), [Julian Hirsch](#) und [Désirée Kleine](#) fuhr mit Platz 4 einen Erfolg ein. Aber noch wichtiger als die gute Platzierung waren die Zeiten, die man in drei Disziplinen im Vergleich zu den Bezirksmeisterschaften verbessern konnte. Bei der 4x25m Puppenstaffel gelang es dem Herrenteam die vorherige Bestzeit um sagenhafte sieben Sekunden zu verbessern. Am Abend fand dann die Siegerehrung statt bei der sich die Mannschaften feiern lassen konnten. Abschließend kann man sagen, dass sich die Ergebnisse bei allen Teams sehen lassen können.



Wechsel bei der Puppenstaffel der Herren

Am Sonntag ging es sehr früh schon weiter mit den Einzelwettkämpfen. Insgesamt fünf Schwimmer aus Malsch hatten sich bei den Bezirksmeisterschaften für die Badischen Meisterschaften qualifiziert. Außer Miriam Würz, die in der jüngsten Altersklasse startete, hatten alle Schwimmer auch für den Einzelwettkampf ihre Kenntnisse der Herz-Lungen-Wiederbelebung anhand einer bewerteten Demonstration an einer Übungspuppe nachzuweisen. Für unsere von Brigitte und Annika vorbereiteten Teilnehmer war das aber kein Problem. Alle konnten mit 200 HLW-Punkten in den Schwimmwettkampf starten.



Souveräne Badische Meisterin in der AK12 : Miriam Würz

Miriam Würz hatte sich mit ihrem Ergebnis bei den Bezirksmeisterschaften bereits den Respekt ihrer Konkurrentinnen verschafft und auch bei den Landesmeisterschaften ließ sie nie Zweifel aufkommen dass nur der Sieg in Frage kam. So ließ sie sich auch von 50 Strafpunkten in der Disziplin 50 m kombiniertes Schwimmen nicht auch dem

Konzept bringen und gewann ihre Altersklasse souverän mit 151 Punkten Vorsprung. Damit ist sie auch für die Deutschen Meisterschaften im Herbst in Heidenheim direkt qualifiziert.

In der nächsthöheren Altersklasse ging **Jens Jirikowsky** an den Start. Nach der sechstbesten Zeit in der ersten Disziplin 50 m Retten, unterlief ihm bei den 50 m Retten mit Flossen ein kleiner Fehler der mit 200 Strafpunkten belegt wurde. Doch er ließ sich nicht beirren und konnte in der letzten Disziplin, dem Hindernisschwimmen seine Zeit von den Bezirksmeisterschaften um 3 Sekunden unterbieten. Am Ende stand Platz 9 für ihn fest.

Mit großem Ehrgeiz ging **Annalena Hirsch** in der AK 15/16 an den Start, war sie doch an den Bezirksmeisterschaften um 8 Punkte geschlagen worden. Die Gegnerinnen kamen auch bei den Landesmeisterschaften aus Durlach. Doch das zusätzliche Training sollte sich gelohnt haben. Nach Platz drei in der ersten Disziplin, 50 m Retten einer Puppe, gewann sie die zweite Disziplin mit fast 8 Sekunden Vorsprung vor ihrer direkten Konkurrentin. Doch bei der letzten Disziplin wurde es noch einmal spannend, kam die Schwimmerin aus Durlach doch zwei Sekunden vor Annalena ins Ziel. Doch am Ende war es so knapp wie bei den Bezirksmeisterschaften, nur mit dem besseren Ende für Annalena. Auch sie hat damit die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften in Heidenheim bereits in der Tasche.



Annalena Hirsch ebenfalls Badische Meisterin in der AK 15/16



Ihr Bruder [Julian Hirsch](#) ging in der AK 17/18 an den Start. Ab dieser Altersklasse besteht der Wettbewerb nicht mehr aus einem Dreikampf mit festgelegten Disziplinen, sondern die Schwimmer wählen aus sechs angebotenen Disziplinen vier aus, die sie absolvieren wollen. Die besten drei gehen dann in die Wertung ein. Dadurch ist es während des Wettkampfes sehr schwer einen genauen Überblick zu behalten wie gut ein Wettkampf läuft. Julian hatte sich für die Disziplinen 200 m Hindernisschwimmen, 200 m Superlifesaver, 100 m Lifesaver und zum ersten Mal während eines wichtigen Wettkampfes für 100 m kombinierte Rettungsübung entschieden. Diese neue Disziplin sollte dann auch seine Streichdisziplin werden, obwohl er dabei das beste Ergebnis seiner Altersklasse erreichte. Auch beim Superlifesaver führte er die Altersklasse an, bei den anderen beiden Starts landete er auf Platz zwei. In der Endabrechnung stand dann, mit 83 Punkten Rückstand, Platz 2.



Julian Hirsch (rechts), badischer Vizemeister in der AK 17/18

In der höchsten, der offenen Altersklasse, ging Manuel Neumaier an den Start. Er war mit seinen Ergebnissen bei den Bezirksmeisterschaften überhaupt nicht zufrieden und hatte nach dem schriftlichen Abitur extra Trainingseinheiten eingelegt um bei den Landesmeisterschaften zu zeigen was er zu leisten fähig ist. Er strich die Disziplin 100 m Retten mit Flossen und entschied sich für die 50 m Ret-

ten. In allen Disziplinen erreichte er eine deutliche Verbesserung, am eindrucksvollsten bei der Disziplin 100 m Lifesaver die er 23 Sekunden schneller schwamm als bei den Bezirksmeisterschaften. Am Ende konnte er sich über Platz 8 in der starken badischen Konkurrenz freuen. Vielen Dank an die Mannschaftsbetreuer und Trainer der Schwimmer [Annika Wicht](#), [Manuel Neumaier](#) und vor allem an [Bastian Klemm](#), der das komplette Wochenende für die Kids da war während seine beiden Mitbetreuer ihren eigenen Wettkampf schwammen. Aber auch ein herzliches Dankeschön an unsere Kampfrichter [Heike Guhl](#), [Brigitte Heilmann](#), [Tatjana Tschernow](#) und [Jens Pfeiffer](#) und die Eltern die sich für einen Fahrdienst zur Verfügung gestellt haben. -dl-

Outdoor-Wettkampf in Colmar

Nachdem wir die französischen Rettungsschwimmer bereits im Februar zu ihrem Poolwettbewerb besucht hatten, waren wir auch am 24.5. in Colmar zu Gast. Nun ging es um die Rettungssportdisziplinen im Freigewässer. Da wir zu diesem Zeitpunkt erst einmal am See trainiert hatten, waren wir überrascht wie gut wir uns im Feld der Teilnehmer aus Frankreich, Belgien, den Niederlanden und der Schweiz behaupten konnten.



Die Malscher Rettungssportler Manuel Neumaier, Annika Wicht und Dennis Liebmann am See bei Colmar

Der Wettkampf begann für die Herren mit den Vorläufen im Board Race, für **Manuel Neumaier** war mit Platz 13 im Vorlauf schon Schluss, **Dennis Liebmann** konnte sich für den Zwischenlauf qualifizieren. Dort erreichte er Platz 12 was leider nicht zur Finalteilnahme reichte. Sofort im Anschluss kamen die Vorläufe im Ski Race. Mit Platz 9 schrammte Manuel auch hier knapp an der Finalteilnahme vorbei, Dennis konnte sich für das Finale qualifizieren und erreichte am Nachmittag Platz 9 im Finale. Dann stand Run-Swim-Run auf dem Programm hier konnte Manuel endlich punkten und beim Finale am Mittag reichte es zu Platz 28. Ebenfalls am Nachmittag stand für die Herren der Vorlauf im Lakeman an, dabei werden alle drei Disziplinen in einer vorher ausgelosten Reihenfolge absolviert. Sowohl Dennis als auch Manuel stellten sich dieser Herausforderung, mit den Plätzen 7 und 13 im Vorlauf konnten sie im Anbetracht des Trainingsstandes sehr zufrieden sein.



Start zum Ski-Race der Damen

Für **Annika Wicht** lief es in der Damenkonkurrenz ungleich besser, konnte sie sich doch in allen vier Disziplinen für die Finalläufe qualifizieren. Bei den Board- und Ski-Strecken profitierte sie von ihrem starken Start und erreichte beim Boardfinale Platz 8, im Skifinale Platz 10. Beim Run-Swim-Run wurde bei den Damen kein Vorlauf durchgeführt, alle gemeldeten Damen starteten direkt im Finallauf, hier erreichte Annika den siebzehnten

Platz. In der Kombination aller drei Wettbewerbe (Lakewoman) konnte sie sich ebenfalls für das Finale qualifizieren das am frühen Abend stattfand. Mit Rang 13 konnte sie am Ende dieses langen Tages mehr als zufrieden sein.

-hg-

Impressionen vom RSA-Kurs Bronze



Herz-Lungen-Wiederbelebung



Durchführen der Seitenlage



Praktische Unterweisung im Freibad



Bereit fürs Kleiderschwimmen



Streckentauchen



Sprünge vom 1m-Brett



Schleppen eines Verunfallten



Transportieren (Schieben) einer „Ermüdeten“.



Kleiderschwimmen



Ausbilder und ein Teil der Teilnehmer am RSA-Kurs Bronze