

**Esbjerg**  
**- 22th Danish International SWIM CUP -**  
31.05. - 02.06.19



Um 10 Uhr morgens am 30.5. traf sich die versammelte Mannschaft der SG ELBE an der Badebucht. Eine 3-stündige Autofahrt stand uns bevor... Jedoch hat sich unsere positive Vorfreude gut bewährt! Das Schwimmteam ist auf dem Weg nach Esbjerg in Süddänemark, um an dem großen internationalen Wettkampf teilzunehmen, bei dem Mannschaften aus Dänemark, Schweden und Deutschland antreten. Dementsprechend ist die Konkurrenz sehr stark, aber der Ehrgeiz im Team umso größer und das Ambiente perfekt, um gute Leistung zu erbringen. Die Kurzbahn kommt uns Schwimmern sowieso sehr gelegen und bietet Freiraum für viel Verbesserungspotenzial hinsichtlich der Meldezeiten.

Trotz der Tatsache, dass der Wettkampf erst am Freitag begann, nahmen wir uns eine Trainingseinheit am Vorabend vor, um uns auf die Schwimmsituation einzustellen und optimal in den anstehenden ersten Wettkampftag starten zu können.

Generell begann das Einschwimmen immer sehr früh und es gab großen Ansturm auf die besten Plätze, weswegen wir schon um 5:30 Uhr aufstehen mussten. Ab 6:00 Uhr gab es Frühstück in einer Badmintonhalle, die extra für die Schwimmveranstaltung entsprechend ausgelegt wurde. Gegen 7 Uhr befanden wir uns in der Halle und schwammen uns ein. Wettkampfbeginn war stets um 8:45 Uhr. Als Schwimmer der SG ELBE waren am Start:

Elina (2004) und Freja Barthelmes (2001), Anna Gomille (2002), Meret Haubner (2006), Charlotte Kröger (2006), Hanna Murray (2003), Nele Ruholl (2003), Sophia Schröder (2006), Henrik (2002) und Sönke Reidt (2005) .

Nicole Wachs war als Teamtrainerin dabei und Kirsten Reidt fungierte als Kampfrichterin.

Alle Schwimmkandidaten traten zuerst die 100 m Lagen an und schwammen gute Bestzeiten. Dabei hat sich Charlotte mit einer Zeit von 01:15,85 und einer Verbesserung von 6 Sekunden am besten geschlagen. Um 5 Sekunden steigerten sich außerdem Sophia (01:19,60) und Anna (01:39,22). Nele hat sich auch um beachtliche 3 Sekunden verbessert und ist mit einer geschwommenen Zeit von 01:13,63 von den Mädchen des Teams die Schnellste in dieser Disziplin. Henrik erreicht eine brillante Zeit von 01:09,16 . Sein jüngerer Bruder Sönke verbesserte sich um 5 Sekunden mit der Endzeit 01:18,88 .

Auf der Strecke 100 m Freistil wurden auch erwähnenswerte Leistungen erbracht: Meret steigerte sich mit einer Zeit von 01:10,91 um ganze 4 Sekunden!

Hannah besserte sich auch um gute 3 Sekunden und schwamm die 100 m Freistil in 01:13,48 . Die 3 Schwimmerinnen Elina, Freja und Nele schwammen die 100 m innerhalb von nur 01:04 Minuten.

In den Langstrecken-Disziplinen glänzte Meret in den 400 m Freistil mit einer Zeit von 05:35,88, womit sie sich um ganze 8 Sekunden verbessert hat.

In der 4\*50 m Freistil-Staffel traten Sophia, Elina, Freja und Nele an und übertrafen sich selbst mit einer Bestzeit von 01:57,96. Damit haben sie sich um 2 Sekunden in der Gesamtzeit gesteigert! Elina, Nele und Freja schwammen die 50 m je in nur

29 Sekunden und Sophia in 30 Sekunden! In der Gesamtwertung konnten wir uns bei der Staffel nicht behaupten, dennoch waren wir erfolgreich hinsichtlich der geschwommenen Endzeit.

Überragende Leistung hat insbesondere Charlotte Kröger erbracht. Sie übertraf sich selbst und dabei vor allem immer wieder Nicoles Erwartungen.

Sie zeigt in jeder Disziplin Verbesserungen und schafft es sogar bei der Strecke über 100 m Schmetterling ins große Finale! Noch am Tag schwamm sie die 100 m in nur 01:15,82, womit sie sich schon um 6 Sekunden verbessert hatte. Charlotte zog damit als 8. ins Finale und schwamm sich dort mit einer Zeit von 01:13,42 auf den 5. Platz vor. Selbst Nicole brachte es an ihre Sentimentalitäten, da Charlotte stets Verbesserungspotential erweist und sich gekonnt und gezielt durchkämpft. Dabei hat auch die Finalshow selbst, der Schwimmerin den nötigen Kick gegeben, um am Ende nochmal alles zu geben. Ein außerordentliches Spektakel war der Abend: Beginnend mit einer Lichtshow und lauter begleiteter Musik von einem DJ, wurde die Show eingeleitet. Der Rest der Halle stand im Dunkeln, doch die Lichter machten es umso spektakulärer. Hinzu kam eine Tanzperformance auf einer kleinen Erhebung neben den Podesten, die die Stimmung und Motivation innerhalb des Publikums nochmal heben sollte. Die verschiedenen Mannschaften sorgten für ein gutes Ambiente und gaben den Finalteilnehmern den richtigen Motivationsschub.

Im Großen und Ganzen hat das Team SG ELBE außerordentlich gute Leistungen erbracht und kann sehr stolz auf sich sein. Die Konkurrenz war sehr stark und daher auch absehbar, dass es eher die wenigsten auf den Podest geschafft haben. Aber die Mehrheit im Team glänzte stets mit beachtlichen Bestzeiten.

Am Abreisetag stiegen dann nochmal die Temperaturen an und wir traten erschöpft von dem ereignisreichen Wochenende die Rückreise an.