

Newsletter Nr. 8 - Januar 2018

Erfolgreiche erste Hälfte der Saison 2017-2018

Liebe Mitglieder und Leser!

Die erste Hälfte der Saison ist wie im Fluge an uns vorbeigerauscht und schon steht mit den Frankophonen Meisterschaften im Januar/Februar der erste Saisonhöhepunkt auf dem Programm. Vorerst aber noch die Berichte zu den vergangenen Wettkämpfen.

Alle Informationen auch immer auf

www.sssv.be

sowie auf unserer Facebook-Gruppe Schwimmschule Sankt Vith (SSSV)

Die Themen

- Regionalmeisterschaften
- Criterium d'Hiver in Embourg
- Distriktmeisterschaften
- Signal Iduna-Cup Solingen
- Dernière Chance in Sankt Vith
- Zoe Backes im Centre d'excellence der FFBN

Impressum

Verantwortlicher Herausgeber: SSSV VoE, Rodter Straße 9A, 4780 Sankt Vith

Redaktion: Pascale Urbain, Fotos: Laurent Urbain

Regionalmeisterschaften

Wie jedes Jahr begann auch die Saison 2017-2018 mit den Regionalmeisterschaften der Vereine Verviers, Herve, Ensival, Eupen, Country Kelmis und Sankt Vith.

Der erste der drei Wettkämpfe fand am 8. Oktober in Sankt Vith statt, wo 144 Schwimmer die Gelegenheit hatten, ihre Form in diesem frühen Trainingsstadium zu testen.

Als jüngste Schwimmerin der SSSV war Maya Heinen (2009) erneut sehr erfolgreich. In 100 Freistil schwamm sie eine gute Bestzeit und wurde Dritte. Bei ihrem ersten 100-Lagen Rennen konnte sie ebenfalls mit einer guten Zeit überzeugen und den zweiten Platz ergattern. Die Mädchen des Jahrgangs 2008 Noémie Schommer und Nele Hilger teilten sich in den beiden Rennen den dritten und vierten Platz: in 100 Freistil wird Noémie Dritte und



Nele Vierte (beide Bestzeit). In 100 Lagen schwimmt Nele erneut Bestzeit und verdient sich damit den dritten Platz vor Noémie. Dina-Nikita Goenen-Kessler (2007) schwimmt in 100 Lagen die Zeit für den Gardon von 12 Jahren (1'25"99) und gewinnt dieses Rennen, in 100 Freistil wird sie ebenfalls mit Bestzeit Zweite. Auch Celina Reuter schwimmt zwei gute Bestzeiten, sie wird zweimal Vierte.

Bei den Jungs 2008 ließ Raphaël Urbain in beiden Rennen die Konkurrenz hinter sich: in Freistil schwimmt er eine gute Bestzeit. Daniel Colonerus schwimmt zwei Bestzeiten und erhält eine Silber- und eine Bronzemedaille. Antoine Didy (2007) wird Dritter in 100 Lagen.

Im Jahrgang 2005 wird Lara Urbain in 100 Schmetterling Erste, in 100 Freistil Zweite. Melissa Hilger wird zweimal Dritte. Emilie Dethier verpasst zwar knapp das Podium, schwimmt aber zwei Bestzeiten.

Drei Klubrekorde schwamm Laura Argun: in 100 Freistil mit 1'04"30 (vorher Linda Argun mit 1'04"30), in 100 Lagen mit 1'13"36 (vorher Verena Argun mit 1'39"93) und in 50 Rücken mit 32"26 (vorher ihr eigener mit 32"50). Sie wird dreimal Erste und einmal Zweite in der offenen Klasse. Verena Argun wird Dritte in 100 Lagen (ebenfalls offene Klasse). Neu bei der SSSV ist Tatjana Lebrun, die in 100 Freistil und 100 Lagen Bestzeit schwimmen konnte. Sally Cohnen und Estelle Hilger schwimmen beide Bestzeit in 100 Lagen.

In den Mixed-Staffeln (zwei Mädchen, zwei Jungen) der Entchen konnten Celina Reuter, Raphaël Urbain, Daniel Colonerus und Dina-Nikita Goenen Kessler über 4x50 Lagen einen Klubrekord (und Silbermedaille) schwimmen. In der Offenen Klasse schwammen Sven Heinen, Linda Argun, Verena Argun und Levy Cohnen über 4x100 Lagen ebenfalls Klubrekord.



Zum zweiten Tag in Verviers waren nur die jüngeren Schwimmer am Start, aber auch hier gab es erneut viele Bestzeiten und Medaillen. Maya Heinen gewinnt mit zwei Bestzeiten in 100 Brust und 50 Freistil zweimal die Goldmedaille. Auch Nele Hilger und Noémie Schommer schwimmen Bestzeiten, auch wenn es diesmal fürs Podium nicht reicht. Dina-Nikita Goenen Kessler wird in 50 Schmetterling mit Bestzeit Erste, in 100 Brust wird sie

Zweite. Celina Reuter schwimmt in 100 Brust Bestzeit und ergattert sich damit die Bronzemedaille (ebenfalls Bestzeit in 50 Schmetterling). Sophie Dethier schwimmt Bestzeit in 50 Schmetterling.

Bei den Jungen schwimmt Raphaël Urbain in 50 Schmetterling Bestzeit und Klubrekord (vorher Levy Cohnen) und wird Erster. In 100 Brust ist Daniel Colonerus schneller und schnappt ihm die Goldmedaille (und damit auch die "Vier Siege" über die vier 100 Meter Strecken) weg. Daniel schwimmt ebenfalls Bestzeit in 50 Schmetterling, wo er Zweiter wird. Antoine Didy (2007) schwimmt zweimal Bestzeit, genau wie Sullivan Fraiture, während Leon Wey eine Bestzeit schwimmt.





In der 4x50 Lagen Mixed-Staffel der Entchen (2'50"11) gewinnt die Staffel mit Jayden Neuberg, Celina Reuter, Dina-Nikita Goenen Kessler und Raphaël Urbain die Goldmedaille in einer guten Zeit, die nicht nur Klubrekord, sondern auch Distriktrekord bedeutet. Die zweite SSSV-Staffel mit Antoine Didy, Daniel Colonerus, Sophie Dethier und Nele Hilger gewinnt die Bronzemedaille.

Beim letzten Tag in Herve konnten erneute viele Bestzeiten und Medaillen geschwommen werden. Maya Heinen wird mit zwei Bestzeiten jeweils Zweite. Noémie

Schommer wird in 50 Brust Dritte, Nele Hilger wird in dieser Strecke mit Bestzeit Vierte. Dina-Nikita Goenen Kessler schwimmt in 50 Brust Bestzeit und wird in diesem Rennen und in 50 Rücken Zweite, in 100 Rücken gewinnt sie die Goldmedaille. Celina Reuter schwimmt zwei Bestzeiten, muss sich aber mit dem unglücklichen vierten Platz zufrieden geben.



Die Jungen des Jahrgangs 2008 waren erneut nicht zu bremsen: Raphaël Urbain, Daniel

Colonerus und Jayden Neuberg schwammen in ihren drei Rennen Bestzeit, Raphaël wurde darüber hinaus dreimal Erster, Daniel gewinnt zweimal Silber und einmal Bronze. Auch mit Bestzeit gewinnt Sullivan Fraiture die Silbermedaille in 50 Brust, während Leon Wey in 100 Rücken Zweiter wird.

Die 4x50 Freistil-Staffel der Mädchen mit Noémie Schommer, Celina Reuter, Maya Heinen und Nele Hilger krönte den Tag mit einer Goldmedaille.









Criterium d'hiver Embourg

Wie jedes Jahr im November fand am Wochenende vom 18. und 19. November in Embourg das Criterium d'hiver statt, bei dem den Schwimmern alle Strecken in allen Schwimmarten geboten werden. Die SSSV war mit mehreren Schwimmerinnen und Schwimmern am Samstag und Sonntag vertreten, wobei sie ingesamt 17 Gold-, 10 Silber- und 7 Bronzemedaillen gewinnen konnte.

Für die Entchen standen am Samstag 200 Freistil, 50 Schmetterling und 200 Rücken auf dem Programm. Bei den 9jährigen Mädchen konnten Nele Hilger und Noémie Schommer, bei den 10jährigen Sophie Dethier in den 3 Rennen gute Bestzeiten schwimmen. Bei den 10jährigen Jungen verbesserte Antoine Didy seine Bestzeiten in 200 Rücken und Freistil. Bei den 9jährigen Jungen konnte Daniel Colonerus in 50 Schmetterling seine Bestzeit verbessern und die Silbermedaille vor Raphaël Urbain auf dem dritten Platz gewinnen. Daniel verbesserte sich ebenfalls sehr stark in 200 Freistil und 200 Rücken. Raphaël gewann in 200 Freistil und 200 Rücken mit Bestzeit die Silbermedaille, in Rücken konnte er damit auch seinen eigenen Klubrekord auf 3'10"10 verbessern. Am Sonntag gab es nochmals zwei Bestzeiten für ihn in 100 Lagen (Silber) und 100 Freistil (Gold) und in 100 Brust schwamm er mit seiner Bestzeit auf den dritten Platz.

Für die anderen Kategorien ging es vor allem darum, Strecken zu schwimmen, die nicht auf jedem Wettkampf angeboten werden. So schwamm Leon Wey (2005) zum ersten Mal die anspruchsvolle 400 Lagen-Strecke und konnte hier eine Bronzemedaille gewinnen; auch in seinen anderen Rennen (400 Freistil, 200 Brust) konnte er gut verbessern. Sullivan Fraiture (2006) schwamm in seinen drei Rennen Bestzeit. Levy Cohnen konnte sich in 100 und 400 Lagen gut verbessern.

Bei den Mädchen standen vor allem die 800 Freistil auf dem Programm. Tatjana Lebrun schwamm diese Strecke zum ersten Mal und konnte auf Anhieb unter 12 Minuten bleiben. Zoe Backes konnte mit einer Zeit von 10'07"79 den Klubrekord der 13jährigen knacken (vorher Laura Argun), während Laura selbst den Klubrekord der 15jährigen (von Anna Müller) mit einer Zeit von 10'00"61 deutlich unterbieten konnte.

Auch Lara Urbain, Melissa Hilger, Emilie Dethier, Sally Cohnen, Estelle Hilger, Kathrin Haas und Linda Argun schwammen Bestzeiten. Vor allem auf den 800 Freistil unterboten die meisten um mehr als 20" ihre vorige Bestmarke. Estelle schwamm als Einzige die 1500 Freistil, wo sie auch 26" herausholte.

Zudem lieferten sich Melissa und Sally ein packendes Duell in 400 Lagen: nachdem Melissa in Schmetterling in Führung gehen konnte, schaffte es Sally in Freistil sie noch einzufangen, so dass beide fast zeitgleich ankamen und zum ersten Mal mit 5'57" unter 6' schwammen. Auch Lara schaffte dies mit 5'45"36.

In 200 Lagen wurden erneut zwei Klubrekorde geknackt: Zoe Backes verbesserte den eigenen um knapp 7 Sekunden auf 2'28"45 und pulverisierte damit auch ihren All-Time-Rekord, Verena Argun knackte mit einer Zeit von 2'35"35 die alte Bestmarke der 17jährigen von Anna Müller.

Aber auch in 50 Freistil unterbot Verena den Klubrekord von Anna um 37 Hundertstel auf 30"02.

In 200 Rücken konnte Laura Argun den Jungen Hai für 15 Jahre schwimmen und mit ihrer Zeit von 2'28"02 ebenfalls ihren eigenen Klubrekord knacken.

In der 4X100 Meter Lagen-Staffel konnte die Junioren-Staffel mit Zoe Backes und Verena, Linda und Laura Argun den All-Time-Rekord mit einer Zeit von 4'44"13 knacken, während die zweite Staffel mit Sally Cohnen, Kathrin Haas, Lara Urbain und Estelle Hilger mit einer Zeit von 5'06"61 den Klubrekord der Kategorie Minimes unterbieten konnten.



6 Distriktmeistertitel für die SSSV

Am letzten Wochenende des Monats November diesem fanden auch in Jahr des Distrikts Lüttich-Distriktmeisterschaften Namur-Luxemburg im olympischen Becken von Seraing statt. Während diese Wettkämpfe in der Vergangenheit in A- und B-Meisterschaften und mehreren aufgeteilt waren an Wochenenden stattfanden, wurde vor einigen beschlossen, diese neue auszuprobieren. Die Medaillen werden pro



Jahrgang vergeben, den Titel Distriktmeister gibt es jedoch nur für die besten der jeweiligen Kategorie (immer 2 Jahrgänge) - so kann es sein, dass eine Goldmedaille nicht unbedingt auch den Meistertitel bedeutet.

Die Schwimmschule Sankt Vith war mit insgesamt 13 Schwimmern an den Start gegangen. Dina-Nikita Goenen-Kessler (2007) sowie Kathrin Haas (2003) konnten leider krankheits- bzw. verletzungsbedingt nicht teilnehmen. Zum ersten Mal dabei waren Sullivan Fraiture, Antoine Didy und Celina Reuter. Sie konnten auch teils absolute persönliche Bestzeiten schwimmen. Antoine schaffte dies sogar in all seinen Rennen. Sullivan



konnte in 100 Brust eine gute Bestzeit im großen Becken schwimmen. Celina Reuter wuchs in 100 Brust über sich hinaus und überraschte nicht nur ihre Konkurrenz, sondern auch sich selbst mit einem hervorragenden ersten Platz und dem Distriktmeistertitel.



In dem sehr starken Jahrgang 2005 mussten sich Melissa Hilger und Lara Urbain behaupten. Melissa konnte in 100 Brust und 400 Freistil mit Bestleistungen überzeugen. Während sie mit einem vierten Platz und zwei sechsten Plätzen denkbar knapp eine Medaille verpasste, erhielt Lara in 100 Schmetterling und 400 Freistil die Bronzemedaille, aber auch ihre weiteren Platzierungen (4., 5. und 6. Platz) können sich sehen lassen.

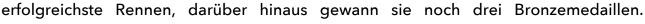
Zoe Backes (2004), die seit September in Lüttich im Zentrum des Verbandes trainiert, wusste in ihren fünf Rennen mit hervorragenden Zeiten und einem Distriktmeistertitel, zwei weiteren Goldmedaillen und zwei Silbermedaillen überzeugen. Ebenfalls zu Jahrgang 2004 überzeugte Estelle Hilger in 200 Freistil mit einer Bestzeit, während Tatjana Lebrun auf der 100 Brust-Strecke mit einer absoluten Bestzeit sehr zufrieden sein konnte. Zudem erzielte Sally Cohnen in sechs Rennen fünf Bestzeiten.





Levy Cohnen war an diesem Wochenende wieder aufs Podium abonniert: in fünf Rennen gab es für ihn jedes Mal Medaillen (dreimal Silber, zweimal Bronze), im letzten Rennen über 200 Rücken gewann er darüber hinaus die Goldmedaille und den Distriktmeistertitel.

Auch für Laura Argun (2002) war das letzte Rennen über 100 Rücken mit Goldmedaille der und dem Distriktmeistertitel das



ng natation

Bestzeiten gab es für sie in vier von sechs Rennen und einen Klubrekord in 200 Freistil (2'21"89). Ihre Zwillingsschwester Linda Argun war auch sehr gut in Form und gewann in 400 Lagen die Silberund in 100 Brust die Bronzemedaille. Zudem gab es für sie einen Klubrekord (400 Lagen in 5'46"19 - zuvor von ihrer Schwester Verena mit 5'47"20) und Bestleistungen in all ihren sechs Rennen. Die älteste Vertreterin der SSSV, Verena Argun (2000), konnte in drei Rennen mit Bestleistungen einmal



die Silber- und zweimal die Goldmedaille und somit den Distriktmeistertitel (200 Brust und 400 Freistil) gewinnen.



Seraing natation

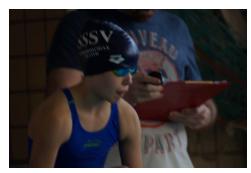


Signal -Iduna Cup Solingen

Am ersten Adventswochenende (2. und 3. Dezember) war eine kleine SSSV-Delegation mit 4 Schwimmerinnen und 1 Schwimmer nach Solingen gereist, wo die jungen

Schwimmer die Gelegenheit hatten, teilweise zum ersten Mal im großen 50-Meter Becken zu schwimmen.

Nur am Samstag waren Dina-Nikita Goenen Kessler und Celina Reuter in Solingen. Dina-Nikita schwamm in 50 Rücken, 200 Freistil und 200 Lagen absolute Bestzeiten, dabei konnte sie in Lagen ebenfalls eine Bronzemedaille gewinnen.



Celina schwamm in 50 und 200 Freistil, 200 Rücken und 200 Lagen jeweils absolute Bestzeit, dabei verpasste sie mit einem vierten und zwei sechsten Plätzen das Podium

denkbar knapp.



Noemie Schommer war lediglich am Sonntag anwesend und hatte dabei erheblich mit der ungewohnten Länge des Beckens zu kämpfen, was sie daher als gute Trainingseinheit betrachten konnte.

Komito.

Nele Hilger und

Raphaël Urbain waren die einzigen, die an beiden Tagen schwammen, dabei hatte ihr Trainer ihnen ein volles Programm mit 7 Rennen ausgesucht.



Auch für Nele war es der erste Wettkampf

in einem großen Becken und sie kam mit der ungewöhnlichen Bahnlänge ganz gut klar, so dass sie sogar viermal eine absolute persönliche Bestzeit erreichte und mit zwei vierten Plätzen das Podium nur knapp verpasste. Auch in den anderen Rennen kam sie unter die besten Zehn.

Als einziger Junge war Raphaël Urbain vor allem zur Vorbereitung der Walloniemeisterschaften im Januar nach Solingen gereist. So schwamm er beispielsweise zum ersten Mal die 100 Schmetterling, die er mit einer guten Zeit beenden konnte. In 200 Lagen schwamm er sogar einen neuen Klubrekord mit einer Zeit von 3'18"75 (vorher Levy Cohnen mit 3"27"76). In seinen 7 Rennen konnte er ferner 6 Gold- und



eine Silbermedaille gewinnen, mit absoluten Bestzeiten auch in 50 und 200 Freistil.

Erfolgreiche Dernière Chance in Sankt Vith

Am 23. Dezember veranstaltete die Schwimmschule Sankt Vith den Wettkampf "Dernière Chance", bei dem wie der Name schon sagt die letzte Möglichkeit vor Jahresende genutzt werden kann, neue Rekorde oder Zeiten für Abzeichnen zu schwimmen. Vereine aus Kelmis, Eupen, Lüttich (Mosan), Herve, Chaudfontaine, Verviers und Ettelbrück hatten mit der SSSV zusammen 140 Schwimmerinnen und Schwimmer ins Wasser geschickt, die sich bei knapp 500 Starts über den ganzen Tag spannende Rennen bieten konnten.

Für die Schwimmerinnen und Schwimmer war dies vor der trainingsintensiven Zeit während der Weihnachtsferien nochmals die Gelegenheit, Bestzeiten zu schwimmen. Melissa Hilger (2005) schaffte über 200 Rücken (2'41"78) die Zeit für den heißbegehrten "Jungen Hai", während Jayden Neuberg (2008) auf der gleichen Strecke seinen ersten Gardon (für 10 Jahre – 3'31"59) schwimmen konnte. Melissa schwamm auch sehr gute Bestzeiten in 50



Rücken, 50 Brust und 200 Lagen. Jayden schaffte auch Bestzeiten in 50 und 200 Freistil.

Raphaël Urbain (2008) schwamm in 50 Schmetterling neue persönliche Bestzeit und konnte somit seinen eigenen Klubrekord auf 44"68 herunter setzen (vorher 46"01), wobei auch Daniel Colonerus mit 45"80 schneller als die vorherige Klubrekordzeit war. Raphaël schlug mit einer Zeit von 1'28"05 einen zweiten Klubrekord über 100 Rücken als Startschwimmer in der 4X100 Lagenstaffel (vorher Levy Cohnen mit 1'29"75). Raphaël schwamm auch Bestzeit in 200 Brust, genau wie Daniel, der noch eine Bestzeit in 50 Freistil hinzufügte.

Auch Zoe Backes schlug in 50 Freistil (29"34) und 50 Schmetterling (30"66) zwei Klubrekorde (vorher beide von Laura Argun), wobei der Rekord in Schmetterling gleichzeitig auch All-Time-Rekord bedeutet (vorher auch von Laura an 31"06). Laura Argun konnte selbst einen neuen Klubrekord in 200 Schmetterling mit einer Zeit von 2'44"98 (vorher Kerstin Hans mit 2'52"40) aufstellen, ihre Schwester Verena Argun setzte mit 5'44"32 in 400 Lagen eine neue Bestmarke des Vereins in ihrem Jahrgang (17 Jahre, vorher Sabrina Hennen) auf. Zoe konnte auch in 200 und 400 Freistil sowie 200 Rücken ihre persönlichen Bestzeiten verbessern.

Die Entchenstaffel über 4 x 100 Lagen Mixed (mit Raphaël Urbain, Celina Reuter, Dina-Nikita Goenen Kessler und Daniel Colonerus) sowie über 4 x 100 Freistil Mixed (Dina-Nikita Goenen Kessler, Maya Heinen, Daniel Colonerus und Raphaël Urbain) setzten zwei neue Klubrekorde auf, während die 4 x 200 Freistilstaffel der Damen (Laura, Linda und Verena Argun sowie Kathrin Haas) mit einer Zeit von 9'42"14 einen neuen Junioren- und All-Time-Rekord aufstellen konnten (vorher 9'55"49).

Aber auch die anderen Schwimmerinnen und Schwimmer der SSSV haben diese letzte Chance für neue Bestzeiten genutzt. Maya Heinen (2009) schwamm zum ersten Mal die 50 Schmetterling und konnte auf Anhieb unter einer Minute bleiben, außerdem schwamm sie Bestzeiten in 50 und 200 Freistil, 50 Brust und 200 Rücken. Noemie Schommer konnte sich auch in 50 und 200 Freistil, 200 Brust und 200 Lagen verbessern. Celina Reuter verbesserte ihre Zeiten in 50 und 200 Freistil, 50 Schmetterling und 200 Brust. Dina-Nikita Goenen Kessler schwamm Bestzeiten in 200 Freistil, 50 Rücken und 100 Schmetterling.

Antoine Didy schwamm die 100 Schmetterling zum ersten Mal, ferner verbesserte er seine Zeiten in 50 Freistil, 200 Rücken und 200 Lagen.

Auch Sullivan Fraiture schwamm Bestzeiten in 50 und 200 Freistil, 200 Rücken und 200 Lagen. Leon Wey verbesserte sich in 50 und 200 Freistil und 200 Rücken.

Lara Urbain konnte sich in 200 Brust, 50 Schmetterling und 200 Lagen verbessern, Sally Cohnen in 50 und 200 Brust, 50 Schmetterling und 200 Lagen, Estelle Hilger in 200 Brust, 50 Rücken und 50 Schmetterling und Tatjana Lebrun in 200 und 400 Freistil, 200 Brust, 50 Rücken und 50 Schmetterling.

Nele Hilger und Levy Cohnen mussten krankheitsbedingt auf eine Teilnahme verzichten.











Zoe Backes im Centre d'excellence der FFBN

Für Zoe Backes, die im November bei den Distriktmeisterschaften in Seraing mit einem Titel und zwei weiteren Gold- und zwei Silbermedaillen wieder sehr erfolgreich war, hat sich in dieser Saison sehr viel verändert. Sie ist seit September dem Centre d'excellence des französischsprachigen Verbandes (FFBN) angeschlossen, um mit ihrem Schwimmtraining noch einen Schritt weiter gehen zu können. "In Sankt Vith kann die SSSV nur 6 Trainingseinheiten mit insgesamt 10,5 Stunden im Wasser und eine Stunde Krafttraining anbieten, weil eben keine anderen Möglichkeiten bestehen. Mein

Ziel ist es aber, auch an internationalen Wettkämpfen teilzunehmen, und um mich weiter zu verbessern, ist eigentlich nur das Zentrum in Lüttich eine gute Lösung", so die 13jährige Zoe. "Ich bin die jüngste Schwimmerin von insgesamt 9 Mädchen hier im Internat im Adeps-Zentrum Blanc-Gravier, in der Nähe des Sart-Tilmans. Ich trainiere jetzt 7 Mal im Wasser und daneben auch noch sogenanntes Trockentraining mit Krafttraining, Pilates, Turnen, Zirkeltraining usw. Insgesamt habe ich 22 Stunden Training, aber im Vergleich zu den älteren ist das noch nicht so viel."

Zur Schule geht sie in Lüttich auf die Schule Sainte-Véronique, dort ist sie im zweiten Jahr, u.a. zusammen mit 2 Fußballern, einem Rugby- und einem



Badmintonspieler. Da auch die anderen Mädchen alle diese Schule besuchen, wird der Transport vom Internat zum Schwimmbad in Seraing, wo morgens trainiert wird, und anschließend zur Schule vom Verband organisiert; wenn Zoe allerdings morgens trainingsfrei hat, fährt sie mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zur Schule.

Wichtig sind nicht nur die zusätzlichen Trainingsstunden, auch auf die Ernährung wird geachtet; zu Beginn des Jahres steht beispielsweise ein Besuch beim Ernährungsberater auf dem Programm. Außerdem werden die Schwimmerinnen von einem Physiotherapeuten betreut.

"Am Anfang war es natürlich eine Riesenumstellung, die Schule auf Französisch, das frühe Aufstehen, wenn wir vor der Schule schon 2 Stunden Training haben, aber es gefällt mir wirklich gut hier. Wir haben viel Spaß miteinander und sogar Fanny Lecluyse, die aktuell beste belgische Brustschwimmerin, hat einmal mit uns trainiert. Die 17jährige Valentine, eine der ältesten Schwimmerinnen in unserer Gruppe, hat sich jetzt sogar für die Europäischen Meisterschaften im kleinen Becken in Dänemark qualifiziert. Das ist natürlich ein Riesenansporn."

Der Weg der sportlichen Zukunft von Zoe wird zwar kein einfacher sein, aber sie weiß, welche Ziele sie hat.

Kurznachrichten

- Der Vorstand wünscht allen Schwimmerinnen und Schwimmern und Eltern ein frohes Neues Jahr 2018!
- Unser Stand am Weihnachtsmarkt sowie unser Wettkampf Dernière Chance waren wieder sehr erfolgreich. Da solche Veranstaltungen für unsere Kasse von großer Bedeutung sind (auch damit wir unsere Beiträge auf einem vernünftigen Niveau halten können) möchten wir uns auch auf diesem Weg nochmals bei allen fleißigen Helfen ganz herzlich bedanken!
- Am 21. und 22. finden in La Louvière die Frankophonenmeisterschaften für die Jahrgänge 2008 bis 2004 statt und am 3. und 4. Februar in Charleroi die Offenen Frankophonenmeisterschaften (ab Jahrgang 2003). Wir wünschen allen Schwimmerinnen und Schwimmern viel Erfolg!
- Alle wichtigen Termine stehen wie immer im Veranstaltungskalender auf der SSSV-Website. www.sssv.be