

Aljosa und Lily qualifizieren sich für den OWL-IX-Endkampf

– OWL-ix-Vorrunde am 19. März 2012 in Wiedenbrück –

Mit Aljosa Beidinger und Lily Koch (beide Jg. 2003) nahmen zum ersten Mal zwei Gütersloher Nachwuchsschwimmer am OWL-IX teil, dessen Endkampf seit mehreren Jahren im Gütersloher Hallenbad ausgetragen wird.

Geschwommen werden bei diesem Bezirkswettkampf, bei dem Schwimmer bis zu einem Alter von neun Jahren teilnehmen können, keine gewöhnliche Strecken sondern je nach Alter gibt es in den Bereichen Start, Unterwasserbewegung, Koordination, Wendenausführung und Ausdauer verschiedene Übungen.



Lily und Aljosa (von links)

Unsere beiden 2003er mussten so einen Rückstart-Startsprung mit Gleiten unter Wasser durchführen, bei einer weiteren Übung sich in Rückenlage abstoßen und anschließend möglichst weit mit Delphinbeinbewegungen tauchen. Im Bereich der Koordination mussten 25 m geschwommen werden, wobei zwei Zyklen Rücken geschwommen werden mussten und dann galt es die Arme oben und unten abzustoppen ein Mal über Wasser hin und wieder zurückzuführen ehe man wieder zwei Zyklen Rücken schwamm.

Eine weitere Aufgabe bestand dann noch in 25 m die im Wechsel von drei Kraul- und vier Rücken-Armzügen absolviert werden mussten.

Als nächstes wurde dann eine Rückenrollwende samt Anschwimmen und Tauchphase gefordert.

Zu guter Letzt mussten die Teilnehmer ihre Ausdauer bei einem sechs Minuten Dauerschwimmen unter Beweis stellen. Hier galt es zunächst 75 m Rücken zu schwimmen, dann 75 m Brust und die dann verbleibende Zeit musste Kraul geschwommen werden.

Für alle Aufgabe gab es Punkte, die es zum einen für die korrekte Ausführung der Übungen gab, zum anderen floss bei einem Teil der Aufgaben auch die geschwommene Zeit mit in die Punktwertung ein.

In der gemischten Wertung belegte Aljosa schließlich den siebten und Lily den 12. Platz unter zwanzig Teilnehmern. Damit konnten sich beide für den Endkampf, der am 3. Oktober im Gütersloher Hallenbad stattfinden wird, qualifizieren.