

OWL-IX Endrunde erstmals auch mit zwei GSVer in unserem Hallenbad

– OWL-IX Endrunde am 3. Oktober 2012 in Gütersloh –

Bereits seit mehreren Jahren wird die Endrunde des OWL-IX am Tag der Deutschen Einheit im Gütersloher Hallenbad ausgetragen. Während in den vergangenen Jahren aber kein einziger Nachwuchsschwimmer sich den äußerst anspruchsvollen Aufgaben dieses Mehrkampfes stellte, waren mit Lily Koch und Aljosha Beidinger (beide Jg. 2003) in diesem Jahr erstmalig auch zwei GSVer mit dabei.

Im Vergleich zum Vorkampf konnten sich beide stark verbessern und obwohl auch die Konkurrenz fleißig trainiert hatte, konnten beide ihre Platzierung im Vergleich zum Vorkampf verbessern. So wurde Aljosha mit 100 Punkten fünfter und Lily mit 62 Punkten elfte.

Besonders überzeugen konnte dabei Aljosha (25 Punkte) zum Abschluss beim Ausdauerschwimmen von sechs Minuten, wo zunächst je drei Bahnen in Rücken und Brust zurückgelegt werden mussten ehe die verbleibende Zeit dann das Kraulschwimmen vorgegeben war. Bei Lily schwand hingegen leider zum Ende die Konzentration, so dass sie hier nur zwei Punkte erzielen konnte. Direkt davor konnte sie aber ihr bestes Ergebnis (20 Punkte) erzielen, in dem sie zeigte wie hervorragend sie bereits eine Rücken-Rollwende beherrscht. Mit 18 Punkten konnte zudem auch Aljosha als Rücken-Experte reichlich Punkte bei dieser Übung einfahren

Im Bereich der Koordination galt es gleich zwei Übungen zu absolvieren. Die erste bestand darin 25 m Rücken zu schwimmen und dabei nach jeweils zwei Zyklen die Arme oben und unten abzustoppen und ein Mal über Wasser hin und zurück zu führen (Aljosha: 15 Punkte / Lily: 2 Punkte). Die zweite Übung war eine Mischung von Rücken und Kraul. So mussten 25 m geschwommen werden und zwar im Wechsel drei Züge Kraul und vier Züge Rücken (Aljosha und Lily: 15 Punkte).

Im Bereich der Unterwasserbewegung galt es sich in Rückenlage abzustößen und Delphinbeine durchzuführen (Aljosha: 15 Punkte / Lily: 11 Punkte) und im Bereich der Startausführung war ein Rückenstart mit Gleiten unter Wasser zu zeigen (Aljosha: 12 Punkte / Lily: 12 Punkte).

