

## 2. Bericht JWM 2017 Indianapolis

### PreCamp Louisville

Louisville 11.08.2017

Die Zeitumstellung ist einigermaßen überwunden. So langsam kommen wir in den gewohnten Rhythmus mit zweimal Wassertraining am Tag und damit ist der Trainingsbetrieb in vollem Gange. Für den einen oder anderen Sportler ist die konzentrierte Vor- und Nachbereitung der Wassereinheiten noch ungewohnt, doch auch daran wird gearbeitet.

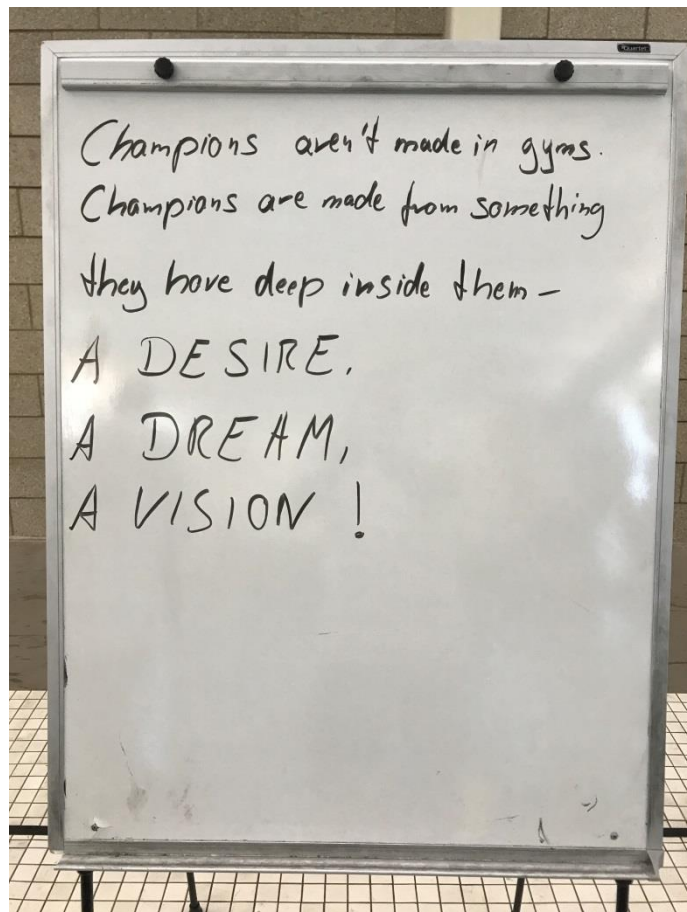
Gestern wurden auch bereits die Videokameras ausgepackt und noch am Feinschliff gearbeitet.

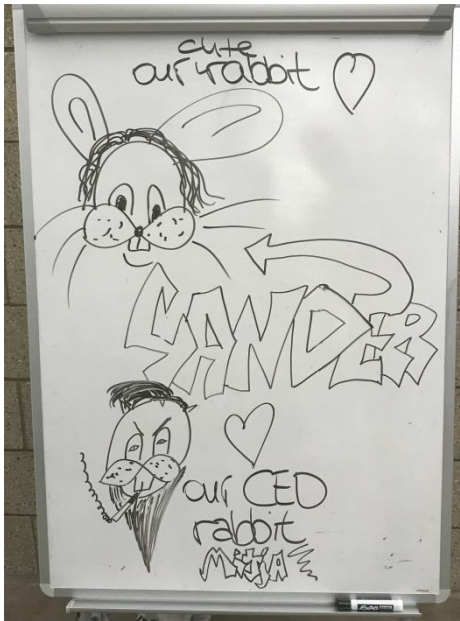
Auch hier hilft uns Stefan Lackner mit Unterwasserkameras aus, die aus Platz- und Kostengründen nicht mitgenommen werden konnten.

Da wir großen Augenmerk auf die Staffeln legen wollen, steht ab sofort auch wieder das Üben der Staffelwechsel auf dem Programm. Die einzelnen Staffeln puschen sich gegenseitig, wer wohl die besten Wechselzeiten ins Becken zaubert.

Leider haben wir wieder ein Problem mit den Klimaanlage. Diese sind meist zu kühl eingestellt und provozieren leichte Erkältungssymptome. Doch dank unseres Arztes Ensar Hajder haben wir alles im Griff, so dass die Sportler fit ins Wasser steigen können.

Um die Motivation der Gruppe zu stärken, hat sich das Trainerteam einen Leitspruch für jeden Tag ausgedacht. Dieser wird jeden Morgen an eine Tafel geschrieben. Dies fördert die Motivation und auch den Teamgeist der Gruppe.





Die freien Tafeln werden auch gerne von den Sportlern zur freien Interpretation verwendet. Hier ein Beispiel: ein Portrait der beiden Trainer Sander Ganzevles und Mitja Zastrow 😊.

Am Kampfschrei wird auch schon gefeilt, wobei hier noch an der richtigen Tonfolge gearbeitet werden muss.

Hiermit möchte ich den ersten Teil der Sportler vorstellen:

Von links nach rechts: Julia Mrozinski (Trainer Veith Sieber, Hamburg); Alexandra Arlt (Trainer Peter Bräunlich, Dresden); Anna Kroninger (Trainer Stefan Herzog, Bochum), Maya Tobehn (Trainer Martin Dautz, Berlin); Isabel Gose (Trainer Marko Letz, Potsdam), Lia Neubert (Trainer Marian Bobe, Halle); Angelina Köhler (Trainer Emil Guliyev, Hannover), auf dem Bild fehlt Cornelia Rips (Trainer Ingo Markatsch, Halle)





Mit dem nächsten Bericht werde ich die restlichen Sportler vorstellen.

Die Stimmung ist gut und jeder freut sich auf die bevorstehenden Aufgaben.

Es grüßt die Junioren Nationalmannschaft Schwimmen aus USA.

HaWo Döttling

H.Doettling@osp-mrn.de