

# Edelmetall für Masters

**Schwimmen** Die einen des SC Flös Buchs gingen in Deutschland auf Medaillenjagd, andere trainierten in Spanien fleissig.

Eine verletzungsbedingte Abwesenheit, ein unerwarteter Rücktritt und ein parallel stattfindendes Trainingslager führten dazu, dass beim 45. Internationalen Masters-Meeting am 14. April in Villingen nur gerade drei Athleten des Schwimmclubs Flös an den Start gehen konnten. Doch die Schlagkraft der Truppe sollte nicht darunter leiden. Nils Krönert, Jorge Diez Etcheverry und René Weder holten zusammen nicht weniger als zwölf Mal Edelmetall.

Mit vier Goldmedaillen über 50m Brust, 50m Crawl, 50m Delfin und 100m Lagen weist René Weder eine makellose Bilanz auf. Diez Etcheverry heimste gar fünf Medaillen in seiner Altersklasse ein: jeweils Gold über 50m Crawl und 50m Rücken, Silber über 50m Delfin und 100m Freistil sowie Bronze über 100m Delfin. Der 41-jährige Nils Krönert rundete das beeindruckende Resultat mit einem kompletten Medailensatz ab: Gold über 100m Brust, Silber über 50m Brust und Bronze über 50m Delfin.

Infolge der zahlreichen Abwesenheiten gingen die Flöser in den Staffeln zwar an den Start, mussten aber auf zwei blutjunge Nachwuchsschwimmer zurückgreifen und deshalb ausser Konkurrenz schwimmen, da die Teilnahme bei den Masters üblicherweise erst ab 20 Jahren erlaubt ist. Die Organisatoren in Baden-Württemberg drückten aber beide Augen zu und so konnten Tim Weder (11 Jahre) und Marlo Weder (8 Jahre) Wettkampferfahrung sammeln und unter tosendem Applaus der anwesenden Zuschauer ihre persönlichen Bestzeiten über die Kurzdistanz mit fliegendem Start geradezu pulverisieren.

## Täglich vier Stunden Sport im Wasser

Während der Frühlingsferien führte der Schwimmclub Flös ein Trainingslager in Spanien durch. Headcoach Paul Kondratev betreute 18 Teilnehmer, die sich mit unterschiedlichen Zielen auf die anstehenden Wettkämpfe vorbereiten. Wie letztes Jahr trimmten



René Weder, Jorge Diez Etcheverry und Nils Krönert (hinten von links), flankiert von Marlo (links) und Tim Weder. Bild: PD

sich die Flöser Schwimmer im 50-Meter Becken und in der grosszügigen Sportanlage von Lloret de Mar unter optimalen Voraussetzungen. Auch heuer wurde viel aus der Trainingswoche herausgeholt: Täglich standen vier Stunden Sport im Wasser und zwei Stunden Gymnastik und Krafttraining an Land auf dem Programm. Dazwischen forderte Kondratev viel Ruhe ein, damit sich die erschöpften Athleten vom anstrengenden Training erholen konnten. Mitte Woche blieb ein bisschen Zeit für einen Stadtbummel und einen Ausflug zum Strand.

Im Frühling finden sich jeweils zahlreiche Sportvereine in Lloret de Mar ein. Auf dem Sportplatz wimmelt es vor Leichtathleten, das Hallenbad wird im Zwei-Stunden-Takt und bahnweise an Leistungsschwimmer vermietet und auch im Hotel trifft man auf Fussballer, Triathleten und Biker. Der allgemeine Tenor ist, dass das Lager zwar streng gewesen

sei, aber dennoch Spass gemacht habe. Es sei inspirierend, ständig motivierte Sportler um sich zu haben und das milde Klima –auch wenn sich die Sonne nicht die ganze Woche zeigte– gebe einem einen zusätzlichen Energieschub. In der zweiten Ferienwoche wird im Heimbad in Buchs täglich ein bis zweimal trainiert, um den Trainingseffekt zu optimieren. Ein Teil der Lagerteilnehmer wird Ende April an den Bieler Nachwuchswettkämpfen zeigen können, ob sich der Aufwand lohnt hat.

Tara Lukic und Benjamin Menzi hoffen, am kommenden Wochenende am Schweizer Jugendcup die Ostschweiz würdig zu vertreten. Und für die Jüngsten wird im Mai der lang ersehnte dritte und letzte Teil der Kidsliga über die Bühne gehen. Nach grossem Einsatz während der Frühlingsferien durch Trainer und Athleten werden die Wettkämpfe von allen Seiten mit Spannung und Vorfreude erwartet. (mw)