

27.03.2015

SG-Trio meistert Vielseitigkeits-Wettkampf

Voraussetzung für Kaderberufung / Schwimmbezirk und TH Deggendorf analysieren körperliche Eignung von Kindern



Leistungsorientiert und motiviert: Die Rottaler "SG-Wasserratten" (von links) Thomas Schwarz, Leonie Schindl und Pauline Kohler meisterten den ersten niederbayerischen Vielseitigkeits-Wettkampf. Dahinter Trainer Franz-Josef Cecetka und Betreuerin Cornelia Schwarz, alle von der SVG Ruhstorf. – Foto: Cecetka

Auf internationalem Parkett längst gängige Praxis – nunmehr auch im Deutschen und Bayerischen Schwimmverband "grundsätzliche" Voraussetzung für die Berufung in Auswahl- und Trainingskader: Auf Basis eines Vielseitigkeits-Wettkampfs wird mittels wissenschaftlicher Analyse-Verfahren die körperlich-sportliche Eignung schon von Kindern (ab neun Jahren) für den Schwimmsport dokumentiert und das festgestellte Ergebnis beim Deutschen Schwimmverband manifestiert.

Niederbayern-Premiere beim Landauer Schwimmsportclub: Insgesamt 47 Buben und Mädchen aus sieben Bezirks-Vereinen, darunter auch Pauline Kohler, Leonie Schindl (beide Jahrgang 2004) sowie Thomas Schwarz (2006) von der Schwimgemeinschaft Pocking-Ruhstorf (SG), stellten sich in Schwimm- (Betreuung Franz-Josef Cecetka/SG Trainer) und Sporthalle (Cornelia Schwarz/beide SVG Ruhstorf) den auferlegten Anforderungen.

Die Wettbewerbs-Ausrichtung oblag dabei dem SSC Landau in enger Kooperation mit dem Schwimmbezirks Niederbayern sowie der Technischen Hochschule Deggendorf (neuer Studiengang "Angewandte Trainingswissenschaften"/ATW) – letztere gleichzeitig auch zuständig für die wissenschaftliche Wettkampf-Auswertung.

Erzielte Einzelleistungen und getroffene Feststellungen wurden vom ATW-Studiengang wissenschaftlich fundiert durch individuelle Punktelisten (zwischen eins und drei) bewertet und angesetzt. Für die körperliche Eignung wurde darüber hinaus ein "Broca-Index" zwischen der Relation aus Körpergröße (in Zentimeter) und -gewicht (Kilo) ermittelt. Außerdem wurde eine "visuelle Einschätzung des Körperbau-Typs" vorgenommen. Durch Übungen und Tests wurden in der Turnhalle zusätzlich die Beweglichkeit und Dehnfähigkeit der Fußstreckung und -beugung sowie der Schulter- und Rumpfbeweglichkeit "wertungsmäßig" erfasst.

Doch damit der Leistungs- und Befähigungs-Analyse noch nicht genug: Der jeweiligen Sportler-Athletik gingen die ATW-Spezialisten mit Tests für Kraftfähigkeit (Liegestützen, Klimmzüge, Bauch- und Rückenmuskulübungen) sowie Schnellkraft (beidbeiniger Dreisprung) auf die Spur.

Neben Punkten anhand der offiziellen DSV-Bestenlisten im Rücken-, Brust- (jeweils 100 Meter) sowie Freistilschwimmen (100 und 200 m) wurden auch Zähler für Aufgaben im Hallenbad vergeben. Neben erzielten Zeiten über die 50-m-Distanz aller vier Stilarten wurde dabei auch die technische Durchführung der jeweiligen Disziplin auf den letzten 30 Metern ebenso zur (Punkte-)Wertung herangezogen sowie die Grundschnelligkeit während eines 15-m-Spurts. Zur Leistungs-Feststellung in der Beinbewegung aller vier Lagen wurde ferner eine 25-m-Distanz nur mit Beinbetrieb gestoppt.

Zum "krönenden Finale" wurde schließlich die Teilnehmer-Fähigkeit des Delphin-Kicks nach dem Start sowie die Gleitfähigkeit ermittelt. Bei den Delphin-Kicks mussten die Schwimmsport-"Talente" 15 Meter gänzlich unter Wasser in gestrecktem Zustand jeweils in Bauch- und Rückenlage nur mit Delphin-Beinarbeit zurücklegen – für die Punktwertungen genügte lediglich erfüllte Normzeiten. Ohne jegliche Bein- und Armbewegung wurde die Gleitfähigkeit über die 7,5-Meter-Distanz nur mit völliger Körperstreckung in Bauchlage registriert.

Den vergleichenden Entwicklungs-Maßstab bildet schließlich erst zum nächstjährigen Frühlingsbeginn ein weiterer Vielseitigkeits-Wettbewerb. Während dieses Zeitraums besteht auch für die drei "Rottaler Wasserratten" ausreichend Gelegenheit, anhand des aktuellen Entwicklungs-Nachweises durch zielorientiertes Training individuelle Stärken optimieren und erkennbare Schwächen minimieren zu können.

– nō

URL: http://www.pnp.de/nachrichten/sport/heimatsport_aus_der_zeitung/heimatsport_landkreis_passau/1632327_SG-Trio-meistert-Vielseitigkeits-Wettkampf.html

© 2014 pnp.de