



Schwimmer des TSV Neuburg bringen sich in Misano in Form

In den Pfingstferien führen 30 Schwimmer des TSV Neuburg zu ihrem jährlichen Trainingslager nach Misano. Zudem reisten acht Aktive aus Donauwörth, Erlangen, Heidelberg, Nördlingen und Rain mit an die Adria. Die drei Trainingsgruppen absolvierten sechs Einheiten im Freibecken von Pesaro. Die Wettkampfgruppe 1 erreichte dabei einen Trainingsumfang von 29 700 Metern. Das Training im herrlichen 50-Meter-Becken leiteten als Trainer Maren Adler, Petra Rebele und Manfred Schiele. Neben dem täglichen Schwimmtraining stand noch jeweils eine Einheit mit funktionellen Fitnessübungen mit Therabändern, Schlingentraining, Kraftsequenzen mit Eigengewicht, Gymnastik und Dehnungsübungen auf dem Tagesprogramm. Diese knapp 60-minütigen Übungs-

sequenzen leiteten Bettina Schiele und Ilona Ego. Den Abschluss des Trainingslagers bildete ein kleiner Wettkampf über 400 Meter Freistil mit Flossen. Die schnellsten Neuburger waren Fabian Rieß (4.37,53 Minuten), Benedikt Büchler (5.00,41), Samantha Rebele (5.20,63) und Christina Wenger (5.21,19). Nach dieser anstrengenden Trainingswoche hoffen die TSV-Verantwortlichen auf deutliche Leistungssteigerungen bei den nächsten Wettkämpfen, auf zusätzliche Qualifikationen für die oberbayerische und bayerische Jugendmeisterschaften im Juli sowie viele persönliche Bestleistungen in den noch ausstehenden Wettkämpfen bis zu den Sommerferien.

Foto/Text: Manfred Schiele