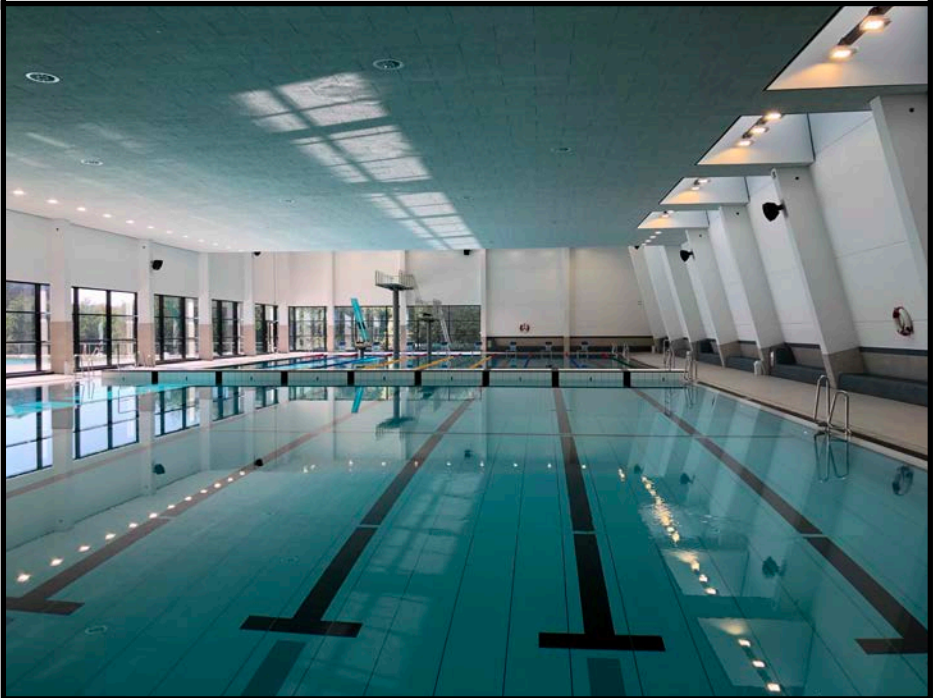


DER WIKINGER

Vereinszeitung des SV Wiking Kiel

Stillstand

Leere statt Leben - der Verein vor ungewohnten Aufgaben





Liebe Vereinsmitglieder,

das Cover dieser Ausgabe zeigt es an: Jeglicher Wassersport steht aktuell still. Covid-19 hat das öffentliche Leben weitestgehend im Griff und ebenso unseren Verein. Dabei befinden wir uns außerhalb der Becken in aufregenden Zeiten: Der SV Wiking Kiel hat sich 2019 neu aufgestellt, diverse Aufgaben bewältigt und auch 2020 wollen wir an vielen Punkten anknüpfen und den Schritt in eine erfolgreiche Zukunft



wagen. Einer dieser ist das, was ihr gerade in den Händen haltet: Die neue Vereinszeitung - Der Wikinger. Ich, als neuer Pressewart, trete damit die Nachfolge und das redaktionelle Erbe von Erich Harders an, welcher als mein Vorgänger Außergewöhnliches geleistet hat. Das gilt es an dieser Stelle noch einmal zu würdigen. Erich, was du in all den Jahren erreicht hast, wieviele Kontakte du bemüht hast und wieviele Stunden du in deine Schriften investiert hast, all das ist ein unglaublicher Verdienst und dieser dient als dankbare Inspiration für das, was ich in Zukunft versuchen werde zu erreichen. Ich denke, dass ich im Namen aller Mitglieder spreche, wenn ich noch einmal ‚Danke‘ sage. Danke für deine Arbeit!

Die Mentalität dieses Rückblickes beschreibt gleichzeitig die Themen dieser Sommerausgabe. Covid-19 zwingt uns auf das bisher sportlich Erreichte zurück zu blicken, anstatt den Blick nach vorne zu werfen. Doch gleichzeitig hat die JHV und auch das vergangene Jahr viele Weichen für die Zukunft gestellt, von welchen es zu berichten gilt. Im diesen Sinne: Viel Spaß beim Lesen. Viel Spaß mit dem neuen Wikinger!

Thore Seeger
Pressewart



Inhaltsverzeichnis

Grußwort	2
Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft Aktuelles aus dem Verein und Vorstand	4
Kurs 20-20! Ein neues Jahrzehnt - wie wir in dieses starten	7
Perspektivenwechsel: Wenn der Blick plötzlich nach hinten geht Stillstand in den Leistungssportgruppen - Eine Saisonreportage	9
Schwimmsport Verantwortliche vorgestellt - Und: der Blick zum Masterssport	13
Voller Fokus auf... die Aqua-Jogger	15
Trotz 0 auf 100 Interview: Zwei Wikinger bei der Winterschwimm-WM	16
Erfolg ist kein Glück Die Saison der Wasserballer	19
Nummernblatt	22
Zu guter Letzt Impressum, redaktionelle Anmerkungen und Kontakt	23

Du interessierst dich für weitere
Themen?
Besuche unsere Internetseite:
www.sv-wiking-kiel.de

Du hast einen
Themenvorschlag? Wir freuen
uns über jede Anregung:
presse@sv-wiking-kiel.de



Verein und Vorstand

Covid-19 Maßnahmen

Training, Wettkämpfe und Spiele. Wir alle verzichten im Moment ungewollt auf unser Hobby. Ein Anliegen des Vorstandes war es, die Frage bezüglich der Vereinsbeiträge für alle Mitglieder einheitlich zu klären. Einstimmig wurde beschlossen, dass die Pandemie mehr denn je ein Miteinander erfordert. Die Einsparungen des Vereines sollen in dieser schwierigen Zeit auf alle Mitglieder verteilt werden, weswegen während den Einschränkungen lediglich der passive Beitrag erhoben wird.

Weitere Informationen, auch bezüglich möglicher Spendenbescheinigungen bei Zahlung des vollen Beitrages, sind unserer Internetseite zu entnehmen. Wie es in Zukunft weitergeht unterliegt der Landesregierung. Wir hoffen auf ein baldiges Ende.

Zitat

***„Vielen Dank
für eure Treue.
Bleibt gesund!“***

Daniel Eisenstein, 2. Vorsitzender

Wikinger-Markt

Was wir selbst vielleicht nicht mehr gebrauchen können, kann andere erfreuen. Seit Mitte April können eure ausgemusterten Sachen über unsere vereinsinterne Börse verkauft oder getauscht werden. Zu finden auf unsere Internetseite, lädt sie selbstverständlich ebenso zum Stöbern ein.



Über die Grenzen hinaus

Der SV Wiking Kiel befindet sich in einer stetigen Entwicklung. Insbesondere die Schwimmabteilung hat dabei im vergangenen Jahr unter der Leitung von Denis Voß seinen Horizont erweitert. Sowohl im Leistungssport, als auch im Bereich der Schwimmschulen wurden umfangreiche Kooperationen mit auswärtigen Vereinen oder Einrichtungen geschlossen. Dazu gehört, neben der Förderung von Athleten der DLRG-Rendsburg in den Leistungsgruppen 1 und 2 des SV Wiking, insbesondere eine Einigung mit der VHS Molfsee. Nachwuchstrainer Sebastian Engel wird an dieser die Lücke als qualifizierter Schwimmlehrer füllen und Kinder an das Wasser gewöhnen. In Kleingruppen soll so der individuelle Lernfortschritt berücksichtigt werden, was bei den Schwimmschülern hoffentlich den Spaß an der Sache und die Lust auf Mehr fördert.



Wer:

Jungs und Mädchen von 8-14 Jahren, die sich im tiefen Wasser sicher bewegen können

Wann:

Mittwochs, 17-18 Uhr

Wo:

Universitätsschwimmhalle Kiel

Kontakt:

f.lenger@gmx.de (Fynn)
josefine.schermer@web.de

Wasserballernachwuchs

Die Wasserballsparte des SV Wiking Kiel stellt die Weichen für eine erfolgreiche Zukunft. Seit Ende 2019 ist man deswegen bemüht den Nachwuchs zu fördern. Doch nicht nur eine aussichtsreiche Perspektive wird den angehenden Athleten geboten: Das Trainerduo stellt für ihr neues Team insbesondere den Spaß in den Vordergrund. Neugierige Jugendliche dürfen gerne vorbei schauen.



Außergewöhnlich

Im Rahmen des traditionellen Grünkohlensessens wurden erneut einige Wikinger mit den Ehrennadeln des Vereines ausgezeichnet. Der Vorstand, in Person von Daniel Eisenstein, 2. Vorsitzender, und Susan Häuer, Wettkampforganisation, verlieh aufgrund langjähriger Mitgliedschaft Detlef Michelsen die goldene, Anita Willemsen die silberne und



S. Häuer, T. Seeger, F. Dibbern, N. Ryll, D. Eisenstein, B. Röhrig, W. Frandsen, A. Willemsen, D. Michelsen (Anm. d. Red.: von li. Nach re.)

Wiebke Frandsen die bronzene Ehrennadel. Für besondere sportliche Leistungen wurden zudem Benjamin Röhrig mit der silbernen sowie Joelle Emilia Stein, Nele Ryll, Fenja Dibbern und Thore Seeger mit der bronzenen Ehrennadel gewürdigt.

Jugendförderung im Vorstand

Das Anliegen des Vereines, die vakante Position der Jugendvertretung in Form des Jugendwartes und seinen Vertretern zu besetzen, ist 2019 nun endlich geglückt. Johann Dworak besetzt das Amt seit der Jugendvollversammlung 2019 und hat für dieses klare Ziele: „Es geht mir darum die Jugend mehr zusammenzubringen und die Interessen der vielen Kinder in unserem Verein zu vertreten.“ Taten ließen er und sein Team bereits folgen: So lässt sich auf eine gelungene Weihnachtsfeier zurück blicken. Ein weiteres Anliegen Dworaks ist die Nachhaltigkeit seiner Vorhaben: „Anfang des Jahres haben wir auf der JVV 2020 mit Emilia Klatt und Benjamin Röhrig zwei Vertreter gefunden, die Lust darauf haben längerfristig an dem Projekt ‚Jugend im Verein‘ mitzuwirken.“ Klatt und Röhrig ersetzen damit Lina Ahlert und Thore Seeger, die beide aus zeittechnischen Gründen ihren Platz zur Verfügung stellten.



Kurs 20-20!

Ein neues Jahrzehnt - wie wir in dieses starten

Jahreshauptversammlung 2020

Die diesjährige JHV fand am 18. Februar ganz im Sinne der Zukunft des Vereines statt. 47 Anwesende durften an den Berichten des Vorstandes teilhaben, welcher sich nach der Ära Gerd Krüger erstmalig mit einem Jahresergebnis den Mitgliedern präsentierte. Im Blickpunkt der Berichte: Das erste Fazit der beginnenden Umstrukturierung im Vorstand samt Ausblick auf die neu zu bewältigenden Aufgaben. Eine kurze Zusammenfassung:

Neuzugang:

Der Vorstand wird um den Posten „technische Wettkampfleitung“ ergänzt.

Vorstand und Kassenwart wurden **einstimmig** entlastet - bei eigener Enthaltung

Finanzen:

Die finanzielle Situation des Vereines ist ausgezeichnet. Kassenwart Jörg Pohl berichtete von einem eingehaltenem Haushaltsplan 2019, die Kassenprüfer bestätigten dies. 2020 sollen erstmalig Rücklagen abgebaut werden.



Wahlen - der Vorstand 2020:

2. Vorsitzender: Daniel Eisenstein

Kassenwart: Jörg Pohl

Sportlicher Leiter: Denis Voß

Jugendwart: Johann Dworak

Schwimmwartin: Laura Martin

Wasserballwart: Matthias Gröning

Kampfrichterobfrau: Anja Burghardt

Breitensportwartin: Heike Berlinghof

Pressewart: Thore Seeger

Homepage: Gerd Krüger

Wettkampfororganisation: Susan Häuer

techn. Wettkampfleitung: Hervé Chaullet

Jugendvert.: Emilia Klatt/Benjamin Röhrig



Mitgliederwünsche:

- mehr Kommunikation
- klarere Aufgabenverteilung der Trainer bezüglich der Mitgliederverwaltung

Das komplette JHV-Protokoll:



Lade dir einen QR-Code Scanner auf dein Smartphone, scanne den Code und schicke die vorbereitete Mail los!



Wie geht's weiter? - Ein Kommentar

Unser 2. Vorsitzende Daniel Eisenstein mit einem Kommentar über den Verein, die aktuelle Lage und das, was vor uns liegt.



Liebe Vereinsmitglieder,

ich bin froh, dass wir wieder auf diesem Wege Worte an euch richten können. Dafür möchte ich Thore erst einmal ein großes Dankeschön aussprechen. Das Wiederaufleben unserer Vereinszeitung, auch in neuer Form, ist ein sehr schönes Zeichen, dass es immer noch Mitglieder gibt, die sich ehrenamtlich bereit erklären für den Verein ihre schriftstellerischen Ambitionen einzusetzen. Eine Vereinszeitung gehört zu unserem Verein. Sie ist eine Tradition, die jetzt mit frischen Inspirationen und einem neuen Layout eine Fortführung findet.

Nun ein kleiner Rück- und Ausblick zur aktuellen Lage. Leider sind auch wir von den Schließungen der Schwimmhallen auf Grund der Corona Pandemie extrem stark betroffen. Dies hat auch die Absage des Wiking Pokals zur Folge gehabt. Glücklicherweise ist unser Verein in der Lage unseren Mitgliedern die Beiträge für die Zeit, in der die Schwimmhallen aus Corona Gründen geschlossen bleiben müssen, auf den passiven Beitrag zu reduzieren. Dies ist bereits geschehen und wird automatisch abgerechnet, bzw. verrechnet.

Aktuell wird in der Politik über Lockerungen der Beschränkungen heiß diskutiert. Dies wird auch irgendwann die Schwimmhallen und damit auch unseren Trainingsbetrieb betreffen. Hierzu wird durch den Kreisschwimmverband und die Vorstände der Vereine proaktiv eine realistische Hygieneverordnung erarbeitet, die einerseits sinnvoll für den Schutz aller Personen ist, andererseits aber auch zumutbar für alle sein muss. Es ist ein schmaler Grad, aber ich bin zuversichtlich, dass wir eine praktikable Lösung für alle erreichen werden.

In diesem Zusammenhang möchte ich euch alle bitten für aktuelle Informationen regelmäßig unsere Homepage zu besuchen.

Jetzt bleibt mir nur noch zu sagen: Vielen Dank, dass ihr uns trotz diesen schweren Zeit die Treue haltet. Bleibt Gesund und auf ein baldiges Wiedersehen am Beckenrand.

Daniel Eisenstein
2. Vorsitzender



Wenn der Blick plötzlich nach hinten geht Über die Saison der Leistungsschwimmer

29. Februar 2020. Knapp 20 Athleten der Leistungssportgruppen 1 und 2 ziehen gegen 13 Uhr unter der Aufsicht von Cheftrainer Denis Voß ihre Bahnen durch das Becken der Unischwimmhalle. Einschwimmen. Frühjahrsmeeting. Heimwettkampf. Standortbestimmung. Einige von ihnen werden später am Tag das Ticket für eine Meisterschaft lösen, andere probieren Renntaktiken für kommende Qualifikationswettkämpfe aus. Dass es für alle das endgültig Saisonfinale sein wird, ahnt zu diesem Zeitpunkt nahezu niemand. Die Geschichte hinter einer verlorenen Saison.

Es ist **August 2019.** „5 Minuten noch“, ertönt es von Denis Voß. Seine Aktiven bewegen sich langsam zu ihren Rucksäcken und bereiten sich vor. Mit Ende der Schulferien liegen die ersten Meter der neuen Saison vor ihnen. „2 Minuten!“ Dann stehen sie da. Verschränkte Arme, leicht fröstelnd. „Auf die Blöcke, fertig.“ Eine kurze Stille erfüllt die Halle, die ersten beiden Athleten stehen in Startposition. „Und ab!“ Wasser spritzt, die Reise beginnt. Das Ziel: Podestplatzierungen bei Meisterschaften, Bestzeiten und Qualifikationen. Die Voraussetzungen dafür hätten nie besser sein können: Das Finale der Vorsaison brachte diversen Staffeln bei den Norddeutschen Meisterschaften Medaillen ein, die Herren sind 2019 in die zweite Bundesliga aufgestiegen, die Frauen schwimmen in der Landesliga ganz vorne mit. Motiviert und mit klaren Zielen vor den Augen werden die ersten fünf Kilometer abgespult. Etliche Kilometer und einige Trainingswettkämpfe später steht das erste Großevent der Saison an. In Flensburg holt das Team von Denis Voß Anfang **September** diverse Qualifikationen für die Landesmeisterschaften, 72 persönliche Bestzeiten und 39 Medaillen. Charlotte Berlinghof und Joelle Emilia



Stein beweisen eine überragende Frühform und schwimmen sich über drei Strecken in die ewige Vereinsbestenliste, Benjamin Röhrig holt gar drei Vereinsrekorde und bleibt über 50 Meter Brust nur Zehntel über dem Landesrekord. Eine Standortbestimmung mit Ausrufezeichen, der SV Wiking Kiel ist auf Kurs. Dieser bestätigt sich auch in der Folge. Bei dem ersten Saisonhöhepunkt, den Landesmeisterschaften auf der Kurzbahn im **November**, schwimmt nahezu jeder Athlet persönliche Bestzeiten. 26 Mal Edelmetall, 4 Einträge in die Vereinsbestenliste und



Nachwuchsathlet Tim Teupke und Cheftrainer Denis Voß

4 Vereinsrekorde sind die logische Schlussfolgerung. Debütantin Lotta Steinmann, zu Beginn der Saison ins Team gewechselt, schwimmt sich gleich drei Mal an die Spitze der Vereinshistorie und beginnt mit diesem Wettkampf einen unvergleichlichen Erfolgsgang. 5 Wettkämpfe in Folge wird sie ab diesem Wochenende neue Vereinsbestzeiten aufstellen, in der Woche darauf schwimmt sie in Berlin bei den Deutschen Kurzbahnmeisterschaften auf den 22. Platz. Ebenfalls dort am

Start: Sebastian Engel. Der Brustspezialist, gerade erst mit Doppelsilber und Bronze bei den Landesmeisterschaften der Herren, ist derart gut drauf, dass er über die 100 Meter Brust die ersten 50 in Bestzeit absolviert. Zu dieser Zeit verhindert: Benjamin Röhrig. Trotz 7 Qualifikationen und herausragenden Ergebnissen bei den Landesmeisterschaften bleibt er Berlin fern. Im **Dezember** wird er die offene Rechnung mit

dieser Stadt begleichen und sich bereits zum frühestmöglichen Zeitpunkt für die Deutschen Meisterschaften auf der Langbahn qualifizieren. Daheim in Kiel wird er stattdessen vom Kreisschwimmverband Kiel als Schwimmer des Jahres ausgezeichnet - zum dritten Mal in Folge. Seine Teamkameradin Joelle Emilia Stein wird zudem als Schwimmerin des Jahres ausgezeichnet, die Flaggen im Schwimmsport wehen in Kiel erneut in blau-weiß.

Während die Sprinter beim Weihnachtsessen doppelt zuschlagen können, beginnt das **neue Jahr** für die Langstreckenschwimmer mit der Perfektionierung ihrer Form. In Elmshorn schwimmen sich Phibie Dücker, Charlotte Berlinghof und Milan Schmalz in die landesweiten Spitzen ihres Jahrganges. Einen Monat später legen diese drei sowie Lotta Steinmann in Hannover bei den Norddeutschen Meisterschaften nach. Erneut schafft es Denis Voß mit seinem Training Bestzeiten im Überfluss zu ermöglichen. Angekündigt hatte sich das schon eine Woche davor, bei dem bisherigen Höhepunkt in der jüngeren Geschichte des SV Wiking Kiels, dem Start in der 2. Bundesliga der DMS. Nach einem Tag voller Hochspannung erkämpfte sich das Team um Benjamin, Tom, Leif, Thore, Silas, Finn, Sebastian, Yassine und Milan den souveränen Klassenerhalt und diverse Einträge in die Vereinsbestenlisten.

„Ich bin super stolz. Die Jungs haben ein super Ergebnis erbracht. Ich verneige mich vor allen.“

Denis Voß, Cheftrainer

Das Frauenteam, besetzt mit Amelie, Charlotte, Fenja, Phibie, Emilia, Nele, Janne, Hannah, Fenja, Sonja, Joelle, Lotta und Lena, zog eine Woche später, am **8. Februar**, mit einem zweiten Platz in der Landesliga



Unsere Leistungssportgruppe im Internet



Facebook:
Förderverein
Schwimmleistungs-
sport in Kiel e.V.

Instagram:
svwikingkiel



Schleswig-Holstein nach. Euphorisiert von den achtbaren Erfolgen ging es für alle im Team zurück in die Vorbereitungen. Hammerprogramme wie 60x100 Meter auf der Langbahn sollten die Grundlage für die Zielgerade der Saison bilden: Landesmeisterschaften, Norddeutsche Meisterschaften und Deutsche Meisterschaften im olympischen Pool.

Es ist wieder der **29. Februar**. Zu dritt stehen sie da am Beckenrand, reden mit Denis. Begeistert von den Fortschritten gucken sie nach vorne, spaßen über die Meldungen vom Virus. Dass alles abgesagt wird, dass alles umsonst sei. Eine surreale Vorstellung. Benjamin Röhrig schwimmt an diesem Tag konkurrenzlose Rennen. Nach seinem Landesrekord im Januar hat er den 2. Mai vor den Augen. Finale über die 100 Meter Schmetterling der Herren bei den Deutschen Meisterschaften. Vor TV-Kameras will er seine Saison krönen, zu den besten 8 in Deutschland gehören. Sebastian, Lotta, Finn, sie alle wollen ebenfalls in Berlin dabei sein, andere bei den Norddeutschen Meisterschaften das abrufen, was sie sich seit den ersten fünf Kilometern im August antrainiert, gar angetan haben. Stattdessen werden alle Aktiven ihre Ziele unfreiwillig verpassen. Die finale Phase des Trainings entfällt, die Leistungssportler unseres Vereines verbringen ihre Zeit seit Mitte **März** nicht mehr im Becken, sondern irgendwo zwischen Couch und Kühlschrank. Nicht wenige werden sich die Frage stellen, ob man was verloren oder doch erreicht hat. Trotz der Ausfälle war es noch immer die bisher erfolgreichste Saison unter Cheftrainer Denis Voß. Bessere Voraussetzungen für einen neuen Blick in die Zukunft kann es nicht geben.



Schwimmsport

Rekordjagd in Flensburg

Gleich zwei Mal durfte sich Ties Bauer beim Fördemasters in Flensburg über einen neuen deutschen Altersklassenrekord in der AK60 freuen: Noch nie war jemand in dieser Altersklasse über 100 und 400m Lagen so schnell wie der Wikinger. Eine Schlüsselrolle spielte für Bauer dabei sein Trainer, Tudor Chaveev: „Tudor hat sehr gute Arbeit geleistet. 3 Monate haben wir uns spezifisch auf diesen Tag vorbereitet. Ich glaube ich habe noch nie so hart trainiert.“ Die Arbeit zahlte sich aus. Mit 4 Kilo weniger als zu Beginn der Reise, fühlte Bauer bereits bei der ersten Teilstrecke der 400m Lagen, dass das sein Tag sein würde. „Der Rekord über die 100m Lagen kam eher überraschend. Ursprünglich wollte ich auch über die 200m Lagen angreifen, das hat auf diesem Wettkampf zeitlich allerdings nicht gepasst.“ Dass der Rekord über diese Strecke noch nicht abgeschrieben ist, zeigen Ties Bauers Zukunftspläne. „Die der Pandemie bedingte Pause ist natürlich ärgerlich, eigentlich wollte ich im Mai in Dänemark auch die Rekorde über 400m Freistil und 200m Lagen angehen. Jetzt werde ich dafür wohl das IWS und das Fördemasters 2020 in den Blick nehmen.“

Zusammen mit Trainer Chaveev hat der Wikinger allerdings noch mehr vor. Sollten die Ergebnisse stimmen, könne er sich sogar einen vorsichtigen Blick in Richtung der Europarekorde seiner Altersklasse vorstellen.

Teamspirit beweisen

Die DMS sind eines der Jahreshighlights im Wettkampfkalender, so auch für 9 Wikinger. Zusammen stellten sie beim Masters-DMS Landesentscheid in Hamburg das erste Wikingerteam seit vielen Jahren und absolvierten den Teamwettkampf erfolgreich auf dem 18. Platz.



Verantwortliche vorgestellt

Laura Martin im Porträt

Gesichter Namen zuordnen können. Dabei wollen wir mit der Rubrik „Verantwortliche vorgestellt“ helfen. Trainer, Betreuer und Ansprechpartner stehen auf dieser Seite im Mittelpunkt. In dieser Ausgabe stellt sich Laura Martin vor. Seit September 2019 ist sie Trainerin beim SV Wiking Kiel und zudem seit Anfang des Jahres unsere Schwimmwartin.



Meine Aufgaben im Verein:

Schwimmwartin - Trainer- und Gruppenstrukturen, Trainerbetreuung und Anfragenkoordination

Trainerin:

Mo. 16-17h, Bahn 5 Unihalle
Mit. 15-16h, Bahn 6 Unihalle
Do. 16-17h, Lehrbecken Unihalle
Fr. 16-17h, Bahn 2 Hörnbad

Meine Ausbildung:

B-Trainer Leistungssport - Hessen
C-Trainer Breitensport -Hessen
Schwimmtrainer und -lehrerin für Menschen mit Behinderungen - Australien
Freiwassertrainerin - Australien
Säuglingsschwimmen -Australien
British Swim School Lehrkonzept - USA

Meine Philosophie:

„Meiner Meinung nach ist Schwimmen eine lebenswichtige Fähigkeit und sollte vom Säuglingsalter an beigebracht und ohne Unterbrechung weitergeführt werden. Dabei sollte die Sicherheit im Wasser, korrekte Schwimmtechnik und der Spaß am Schwimmen am wichtigsten sein.

Als Trainer möchte ich die Freude am Schwimmen und an der Wettkampfteilnahme an Schwimmer weitergeben.“

Kontakt:

schwimm@sv-wiking-kiel.de



Voller Fokus auf... die Aqua-Jogger

Was ist in unserem Verein eigentlich alles möglich?

Wassersport bedeutet nicht immer nur zu schwimmen - Wassersport ist vielfältig. Und diese Vielfältigkeit will der SV Wiking Kiel seinen Mitgliedern offerieren. Doch nicht immer wissen alle um die Möglichkeiten, die unser Verein bietet. Wie wäre es zum Beispiel mal mit Aqua-Jogging?

Trainingszeiten:

Mittwochs, 18-19 Uhr
Mittwochs, 19-20 Uhr
Freitags, 17-18 Uhr

Trainingsort:

Sprungturmbecken
Universitätsschwimmhalle Kiel
Olshausenstraße 70-74, 24118 Kiel

Wer wir sind

Eine Erwachsenengruppe aus dem Breitensport. Im Fokus liegen bei uns der Spaß und die Gesundheit.

Was uns auszeichnet

Die Förderung des Körpers. Aquajogging fördert das Herz-Kreislaufsystem, die Konzentration und den Gleichgewichtssinn. Außerdem beugen die Bewegungen im Wasser Verletzungen vor und schonen Gelenke und Bänder. Dadurch sind wir für jeden geeignet, der sich physisch und psychisch wohl fühlen möchte!

Eine Einheit bei uns:

- 10min Aufwärmen und Aktivieren
- 30min Poolhanteltraining für alle Muskelgruppen
- 10min ruhige Übungen - ggf. Mit Brett und Poolnudel
- 10min 4-5 Dehnübungen am Beckenrand

Können nur Vereinsmitglieder teilnehmen?

Nein. Leute von außerhalb können über die Kursleitung eine 10er-Karte für 50 Euro erhalten. Vereinsmitglieder trainieren gratis.

Wer ist verantwortlich?

Kontakt kann man über breitensport@sv-wiking-kiel.de aufnehmen.



Trotz 0 auf 100

Zwei Wikinger bei der Winterschwimm-WM

Sebastian Engel und Milan Schmalz mögen es kalt. Bei Wassertemperaturen um den Gefrierpunkt schwammen sie sich Anfang Februar bei den Winter Swimming World Championship 2020 in Slowenien in die Weltelite. Ein Gespräch über Training, Weltrekorde und Schmerzen.

Der Wikinger: Milan, die WM war dein erster Wettkampf. Wie lautet dein Fazit: 100x100m im Becken oder 10min. im Eiswasser?

Milan Schmalz: Schwierige Frage. Als Neuling der Szene habe ich bisher nur beobachtet, wie andere 500m im Eiswasser geschwommen sind. Da man denen die Schmerzen quasi ansehen und mit ihnen mitfühlen kann, sehe ich die Chance durchzuhalten eher bei den 100x100 (*lacht*). Dennoch macht mir das Eis schwimmen total Spaß!

DW: Sebastian, du hingegen hast sogar schon 1000m im Eiswasser hinter dir. Wie fing damals für dich alles an?

Sebastian Engel: 2015 war ich zum ersten Mal in unserem örtlichen Badesee anbaden, wo mir vom Eisschwimmen erzählt wurde. Da war mein Interesse geweckt. Ab der kommenden Saison

fing ich an im kalten Wasser zu trainieren, im Januar 2016 startete ich in Burghausen bei den 2. German Open zum ersten Mal bei einem Wettkampf. Als es dann „take off your clothes - go in the water - on your marks - beep“ hieß, hat mich die Sportart sofort in ihren Bann gezogen.

DW: Für dich begann ab diesem Moment eine wahre Erfolgsstory. Was hast du seitdem erlebt?

SE: Vor allem habe ich eine Menge

Was ist das?

Schwimmwettkämpfe im offenem Gewässer im Winter nennt man, abhängig von der Wassertemperatur, Winter- (5-10 Grad) oder Eisschwimmen (0-5 Grad). Auf beckenüblichen Strecken messen sich Athleten **ohne jegliche Wärmeschutzbekleidung** in einem 25m Becken. Die Kälte erfordert besondere Regeln: Gestartet wird aus dem Wasser, Rollwenden sind **verboten**, die Tauchphasen werden auf 5m **beschränkt**.



coole und verrückte Leute kennen- gelernt, die mich sofort in der stetig wachsenden Eisschwimmfamilie willkommen geheißen haben. Im Kopf geblieben sind mir auch ver- rückte Trainingseinheiten, bei denen wir uns mit einer Kettensäge ein Schwimmbecken ins Eis geschnitten haben. Seit 2016 habe ich mehrere Deutsche Meisterschaften über 100 und 200 Meter Brust gewonnen. Außerdem erinnere ich mich gerne an meinen überraschenden Sieg bei den DM über die 200 Meter Freistil - gegen zwei Weltklasseathleten. Das war im übrigen mein erster Start. 2018 gelangen mir in Tallinn die Weltrekorde über 100 und 200 Me- ter Brust, inklusive Weltmeistertiteln. Diese konnte ich dieses Jahr in Slo- wenien verteidigen und zudem über die 50 Meter Brust gewinnen. Über meine neuen Weltrekorde dort wird allerdings noch diskutiert, eventuell waren die Bahnen ein wenig zu kurz (*lacht*).

DW: Wie war es bei dir Milan? Warum hast du dich für einen Start im Eiswasser entschieden?

MS: Mein Wunsch war schon im- mer ein Start bei einer Weltmeister- schaft. Da kam das Eisschwimmen gerade richtig. Der Reiz dort mitzu- machen ließ mich von da an nicht mehr los, ich wollte unbedingt auch das kalte Wasser ausprobieren.

DW: Wie fühlte sich dieser Reiz in der Praxis an? Ist man im kalten Wasser nur anfänglich geschockt oder hemmt es einen dauerhaft beim



Sebastian Engel Momente vor seinem nächsten Weltmeistertitel in Slowenien.

Schwimmen?

MS: Das Wasser ist wirklich un- glaublich kalt, aber durch das Adre- nalin kann man das einigermäßen ausblenden. Ich persönlich finde, dass das kalte Wasser mit zuneh- mender Zeit immer mehr weh tut - am ganzen Körper. Bisher durfte ich allerdings auch noch nicht mehr als 100 Meter schwimmen, da ich erst 15 bin. Trotzdem habe ich mich bei meinen Starts jedes Mal auf die ob- ligatorische Sauna und den warmen Tee danach gefreut.

DW: Sebastian, du hattest das Trai- ning angesprochen. Wie hat man sich eine deiner Einheiten vorzustel- len?

SE: Es geht hauptsächlich um die Akklimatisierung. Ich versuche zu- nächst längere Strecken mit sauberer Technik durchzuhalten. Das ist schwierig, weil die Arme und Beine zunehmen taub werden. Hier in Kiel fand ich glücklicherweise in der See- bar Düsternbrook super Trainings-



bedingungen vor. Zuhause in Uetersen setze ich mich dann auch manchmal einfach nur 10 Minuten in den Pool um mich an das kalte Wasser zu gewöhnen. Das schöne am Eisschwimmen ist, dass die Einheiten meist nach 15 Minuten abgeschlossen sind.

DW: Die Grundlage für dein Tempo wird also nach wie vor regulär bei uns im Becken gelegt?

SE: Genau. In den letzten Wochen vor einem Wettkampf baue ich gerne kleine Intervalle ein um explizit meine Schnelligkeit zu trainieren.

DW: Abschließende Frage: Gerüchten nach träumt ihr von einer Wikingerstafel im Eiswasser. Was sind eure (persönlichen) Ziele für den kommenden Winter?

MS: Also mit einem richtigen Team anzureisen wäre schon cool. Mein persönliches Ziel ist die WM in Russland in zwei Jahren. Außerdem will ich diesen Winter in Burghausen starten - sofern nichts dazwischen kommt.

SE: Das sehe ich genauso. Ich versuche ständig neue Leute für das Eisschwimmen zu begeistern. Eine Staffel vom SVW wäre ein Traum für den nächsten Winter. Außerdem will ich unbedingt die 1000 Meter schwimmen, die habe ich dieses Jahr krankheitsbedingt verpasst.

DW: Vielen Dank!

Ergebnisse:

Milan Schmalz (SV Wiking Kiel):
AK2 (15-19)

50m Freistil	2.	28,42
100m Freistil	2.	1:02,67
100m Brust	2.	1:19,62
25m Schmetterling	3.	14,51

Sebastian Engel (SV Wiking Kiel):

50m Brust Vorlauf	3.	32,54
50m Brust Finale	1.	32,47 (WR*)
100m Brust	1.	1:08,56 (WR*)
200m Brust	1.	2:32,06 (WR*)

*: Bei Redaktionsschluss inoffiziell

Winter Swimming World Championships 2020

Die 12. Weltmeisterschaft im Winterschwimmen fand vom 3. bis zum 9. Februar 2020 in Bled, in der Slowakei statt. Bei Wassertemperaturen von circa 6 Grad traten über 1000 Teilnehmer aus 36 Ländern im Bleder See gegeneinander an. Bled ist nach 2010 zum zweiten Mal Austragungsort der WM - organisiert durch den Weltverband IWSA.



Erfolg ist kein Glück

Die Saison der Wasserballer

Kräftezerrende Einheiten voller Schweiß, Erfolge voller Euphorie. Trotz der Unterbrechung blicken die Wasserballer voller Stolz auf eine erfolgreiche Saison zurück - und ebenso hoffnungsvoll in die Zukunft. Zusammen mit den jüngsten Ergebnissen und der Wiederaufnahme der Jugendförderung lässt sich die Saison 2019/2020 als Grundstein einer bevorstehenden Erfolgsgeschichte betrachten. Eine Chronik.

Pokalsieger

Nach gefühlt ewiger, quälender Vorbereitung war es endlich soweit. Die Wasserballer starteten auf Sylt mit dem ersten Pflichtspiel in die neue Saison. Und das gleich im Finale um den SHSV Pokal gegen den Dauerrivalen TV Keitum. Ohne eine echte Standortbestimmung galt es direkt zu beweisen, dass die harte Trainingsarbeit nicht umsonst war und die geänderten Regeln verinnerlicht wurden.

Der Start verlief jedoch überhaupt nicht nach Plan: Schlecht ausgespielte Überzahlsituationen im Angriff, unaufmerksame Verteidigungsarbeit und ein verworfener 5m führten zu einem 0:3 Rückstand nach gerade mal drei gespielten Minuten. Ratlosigkeit? Mitnichten! Nachdem Max Wulff endlich den Bann gebrochen hatte, drehten die Kieler auf und gewannen das 1. Viertel noch mit 5:3. In der Folge entwickelte sich ein harter aber fairer Schlagabtausch auf Augenhöhe, bei dem sich keine Mannschaft entscheidend absetzen konnte.

Obwohl die Keitumer mit der höheren Foulbelastung zu kämpfen hat-

23. November 2019



ten, konnten sie das Spiel bis in den Schlussabschnitt offen gestalten. Die Chancen das Spiel frühzeitig zu entscheiden ließen die Wikinger regelmäßig liegen, jedoch ohne die Spielkontrolle zu verlieren. So fuhr man am Ende einen verdienten 15:12 Sieg ein, der anschließend ausgelassen und feucht-fröhlich gefeiert wurde. Man of the Match war Fynn Lenger mit 5 Toren und einer makellosen 5m Quote. //fl

Ligabeginn

Die Kieler Mannschaft spielte in dieser Saison erneut um die ersten 3 Plätze der gemeinsamen Oberliga Schleswig-Holstein/Mecklenburg-Vorpommern mit. Nach dem Gewinn der Landesmeisterschaft im Vorjahr, war man höchst motiviert auch in der nächsten Spielzeit wieder oben anzugreifen.

Folgende Ergebnisse konnten vor der Zwangspause erspielt werden:

Rostock : Kiel	6:4
Kiel : Meldorf	18:8
Keitum : Kiel	10:8
Kiel : Lübeck	14:2
Kiel : Rostock 2	17:2
Kiel : Keitum	12:11

Besonders ärgerlich wiegen dabei die beiden Niederlagen. So stellt der SVW doch eigentlich die beste Abwehr der Liga. //fl



Der Wikinger Torwart Bahman Hosseinian

18. Januar 2020



Famoses Derby

Im ungeahnten letzten Spiel vor der Saisonunterbrechung ging es erneut gegen den Dauerrivalen von der Insel. Nach der knappen Niederlage auf Sylt galt es sich zu revancieren. 3 Viertel lang spielte der Gast aus Keitum zunächst Katz und Maus mit den Hausherren



aus Kiel und ging mit 11:4 in den letzten Spielabschnitt. Nach einer lauten und direkten Pausenansprache von Kapitän Carsten Eschrich war die Kieler Mannschaft allerdings wie ausgewechselt.

Was dann folgte wird dem Wort ‚Wahnsinn‘ kaum gerecht. Tor um Tor holten die Wikinger auf. Die Zuschauer unterstützten die Mannschaft lautstark. 1 Sekunde vor Ende warf ausgerechnet Torhüter Bahman Hosseinian, mit einem Wurf aus 7 Metern in den Winkel und somit die Kieler zum 12:11 Sieg. Anschließend brachen alle Dämme und die Mannschaft durfte sich zurecht von der gut gefüllten Tribüne feiern lassen. Bester Torschütze war Youngster Henri Bruhn mit 6 Toren. //fl

Lust auf mehr Wasserball?

Zuschauen: Den Spielplan der Wasserballer findest du unter www.shsv.de/wasserball/spielplane-und-tabellen/

Kontakt aufnehmen: wasserball@sv-wiking-kiel.de

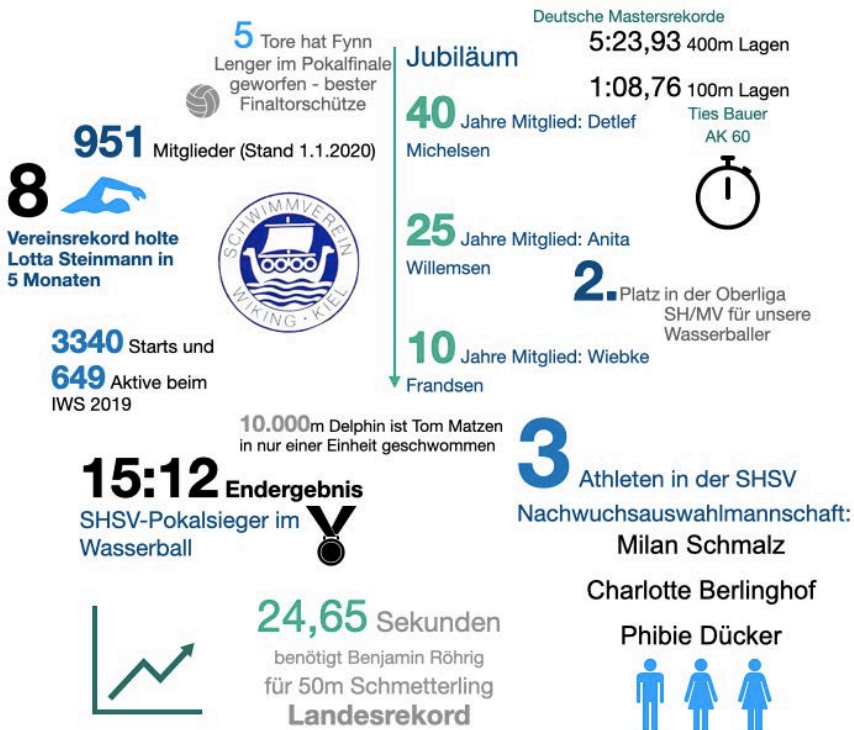
23. Februar 2020



Nummernblatt

Zahlen sagen mehr als Worte

Es passiert viel in unserem Verein, doch nicht immer erfahren alle etwas davon. Einige Leistungen verdienen besondere Beachtung - und diese erfahren sie hier. Unsere Redaktion hat sich in die Tiefen der Datenbanken aufgemacht und nach trockenen Werten aus dem letzten Halbjahr gesucht, die auch ohne Worte überzeugen.



Zu guter Letzt

Nobody's perfect - das gilt erst Recht für uns und diese erste Ausgabe. DER WIKINGER ist eine Vereinszeitschrift und du bist als Mitglied des SV Wiking Kiels auch Mitglied des WIKINGERS. Aus diesem Grund kannst du uns gerne jederzeit deine Anregungen, Vorschläge, Ideen oder auch deine Kritik mitteilen. Wir wollen uns laufend verbessern. Unter den unten angegebenen Adressen kannst du uns entweder online per Mail oder offline per Leserbrief erreichen.

Redaktionelle Anmerkungen

Alle Inhalte können unter Umständen von der tatsächlichen Meinung des SV Wiking Kiels abweichen. Die Inhalte sind hinsichtlich des Wahrheitsgehaltes und der Objektivität nach bestem Gewissen von der Redaktion verfasst worden.

Die Redaktion unterliegt dem Pressewart des SV Wiking Kiels.

Die Fotos dieser Ausgaben werden auf Grundlage der Zustimmung auf den Wettkampfanmeldungen, der Zustimmung der abgebildeten Personen oder der Zustimmung einer für die abgebildeten Personen verantwortliche Vertretung verwendet. Alle Informationen, Inhalte und Aussagen beruhen auf dem Stand des Redaktionsschlusses (siehe Impressum).

Der Bezugspreis des DER WIKINGERS ist im Vereinsbeitrag enthalten.

Die Redaktion des DER WIKINGERS ist sich einer geschlechtergerechten Sprache bewusst. Aus Gründen der Leseökonomie wird in jeglichen Artikeln das generische Maskulinum verwendet.

Die Redaktion sieht sich vor, dass eingereichte Texte hinsichtlich ihrer Orthographie und aus Gründen des zur Verfügung stehenden Platzes unter Beibehaltung ihrer inhaltlichen Aussagen abgeändert werden.

Die Redaktion sieht sich vor eingereichte Texte abzulehnen. Eine ausführliche Begründung ist nicht nötig. Die Redaktion darf Texte nicht aus subjektiven Beweggründen ablehnen. Eine Ablehnung darf lediglich im Zuge der fehlenden allgemeinen Relevanz oder mit dem Verweis auf eine doppelte Erwähnung in der folgenden Ausgabe erfolgen.

Archiv der Vereinszeitung:

Unter sv-wiking-kiel.de und dem folgenden Reiter „Mitteilungen“ findest du viele bisherige Ausgaben

Impressum

Herausgeber: SV Wiking Kiel

rechtl. Vertretung: Daniel Eisenstein, geschäftsführender Vorstand i.F.d. 2. Vors. SV Wiking Kiel

Verantwortlicher/Pressewart: Thore Seeger

Mailkontakt: presse@sv-wiking-kiel.de

Adressen:

Pressewart Thore Seeger
Hamburger Chaussee 9
24114 Kiel

Vereinsheim - bitte keine Post an diese Adresse!
SV Wiking Kiel
Kappeler Straße 2
24106 Kiel

Redaktion:

ft: Fynn Lenger
ohne Kürzel - Thore Seeger

Druck: hansadruck

Redaktionsschluss dieser Ausgabe:

10. Mai 2020



Meine Übungszeiten:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnertsag	Freitag
Gruppe					
Uhrzeit					
Trainer/in					
Ort					

Notizen:



Bewegung!
Leben statt Leere

SV Wiking Kiel
