

**Friedrichshafen, April 2026 – Während draußen der unerwartete Schneefall die Landschaft in Weiß tauchte, herrschte im Wasser und in den Hallen des Sportparks Rabenberg hochsommerliche Trainingsintensität. Eine 14-köpfige Delegation unseres Schwimmvereins nutzte die Woche vor Ostern, um sich den entscheidenden Schliff für die anstehenden Langbahn-Wettkämpfe zu holen.**

Mit 12 hochmotivierten Jugendlichen sowie den beiden Trainern Franci und Adem im Gepäck, bezog das Team das renommierte Leistungszentrum im Erzgebirge. Das Ziel war klar definiert: Die notwendige Härte und der technische Feinschliff für die kommenden Herausforderungen auf der 50m-Bahn.

Der Sportpark Rabenberg bot hierfür die perfekte Kulisse. Besonders die Möglichkeit, Trainingseinheiten flexibel zwischen der 25m-Kurzbahn und der olympischen 50m-Langbahn aufzuteilen, erwies sich als strategischer Vorteil. „Diese Kombination findet man selten unter einem Dach. Sie erlaubt es uns, sowohl an der Sprintfähigkeit als auch an der für die anstehenden Langbahn-Wettkämpfe so wichtigen Ausdauer zu arbeiten“, bilanzierte das Trainer-Team zufrieden.

Das Programm war nichts für schwache Nerven: Insgesamt **12 intensive Schwimmereinheiten** standen auf dem Plan. Doch damit nicht genug – um die Athletik ganzheitlich zu fördern, absolvierte die Gruppe zusätzlich **7 Einheiten in der Sporthalle und im Krafraum**. Trotz der hohen körperlichen Belastung und des straffen Zeitplans blieb die Stimmung innerhalb der Gruppe hervorragend.

Neben den sportlichen Fakten stand das Teambuilding im Fokus. Die Jugendlichen wuchsen über die Tage eng zusammen und bewiesen, dass Erfolg im Schwimmsport zwar im Becken entschieden wird, die Basis dafür aber ein starker Rückhalt im Team ist. Ein besonderer Dank gilt dem Betreuer-Duo: Während Franci gewohnt souverän die Fäden zog, erwies sich Adem als sportlicher Impulsgeber, der die Jugendlichen zu neuen Bestleistungen motivierte.

Erschöpft, aber mit einer ordentlichen Portion Selbstbewusstsein im Gepäck, kehrte die Gruppe pünktlich zum Osterfest zurück. Die Trainer sind sich einig: „Die Formkurve zeigt steil nach oben. Wir haben die Basis gelegt und blicken nun voller Vorfreude auf die kommenden Starts.“

Ein solch professionelles und erfolgreiches Trainingslager wäre jedoch ohne Rückhalt nicht realisierbar: **Ein herzlicher Dank gilt dem Verein sowie allen Eltern, die diese Maßnahme durch ihre tatkräftige Unterstützung und ihr Engagement ermöglicht haben, um den Jugendlichen diese optimalen Entwicklungschancen zu bieten.**