

Nr. 5 • 61. Jahrgang • September/Oktober 2016 • 6987



# DSW 12

[www.dsw-1912.de](http://www.dsw-1912.de)

*Nachrichten*



Foto: Rainer Lückner



DSW 1912 e. V. · Alfelder Straße 31 · 64289 Darmstadt  
Presseendung · Deutsche Post AG · Entgelt bezahlt · 6987

Darmstädter Schwimm- und Wassersport-Club 1912 e. V.

# Darmstädter Schwimm- und Wassersport-Club 1912 e. V.

Mitglied des Landessportbundes Hessen — Hessisches Schwimm-Leistungs-Zentrum (SLZ)

Clubheim: Alsfelder Straße 31, 64289 Darmstadt — Bootshaus am Altrhein, Riedstadt/Erfdelden

**Geschäftsstelle:** Anja Kipp, Alsfelder Str. 31, 64289 Darmstadt, Tel. (0 61 51) 71 30 77, Fax (0 61 51) 78 30 43,  
E-Mail: [geschaeftsstelle@dsw-1912.de](mailto:geschaeftsstelle@dsw-1912.de), Internet: [www.dsw-1912.de](http://www.dsw-1912.de)  
Öffnungszeiten: mittwochs von 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr

## Bankverbindungen:

**Beitragskonto:** VOLKSBANK Darmstadt-Südhessen eG, IBAN: DE62 5089 0000 0004 0559 18, BIC: GENODEF1VBD  
**DSW-Spendenkonto:** VOLKSBANK Darmstadt-Südhessen eG, IBAN: DE55 5089 0000 0009 0485 37, BIC: GENODEF1VBD  
**Schwimmabteilung:** VOLKSBANK Darmstadt-Südhessen eG, IBAN: DE66 5089 0000 0001 4157 00, BIC: GENODEF1VBD  
**Wassersportabteilung:** Sparkasse Darmstadt, IBAN: DE09 5085 0150 0000 5675 31, BIC: HELADEF1DAS  
**Volleyballabteilung:** VOLKSBANK Darmstadt-Südhessen eG, IBAN: DE47 5089 0000 0000 4052 05, BIC: GENODEF1VBD  
**Triathlonabteilung:** VOLKSBANK Darmstadt-Südhessen eG, IBAN: DE33 5089 0000 0001 6648 08, BIC: GENODEF1VBD

**Ehrenvorsitzender:** Gerhard Schulte, In den Gänsäckern 8, 64367 Mühlthal, Tel. 06151- 146285

## Vorstand:

**Vorsitzender:** Thomas Kipp, Alsfelder Str. 31, 64289 Darmstadt, Tel. und E-Mail über Geschäftsstelle  
**1. Stellv. Vors.:** Lars Koppenhöfer, Tel. 06151-6640060, E-Mail: [koppilars@gmail.com](mailto:koppilars@gmail.com)  
**2. Stellv. Vors.:** Bernd Emanuel, Osannstr. 37, 64285 Darmstadt, Tel. 06151-2793817, E-Mail: [berndemanuel@web.de](mailto:berndemanuel@web.de)  
**Schatzmeister:** Peter Meisinger, Donnersbergiring 22, 64295 Darmstadt, Tel. 06151-360950  
**Geschäftsführerin:** Anja Kipp, Alsfelder Str. 31, 64289 Darmstadt, Tel. und E-Mail über Geschäftsstelle

## Abteilungen:

**Schwimmen:** Thomas Starkbaum, Im Hinterfeld 1, 64380 Roßdorf,  
Tel.: 06071-7370833, Email: [schwimmabteilung@dsw-1912.de](mailto:schwimmabteilung@dsw-1912.de)  
**Triathlon:** Dr. Uwe Faßhauer, E-Mail: [uwe.fasshauer@dsw12.de](mailto:uwe.fasshauer@dsw12.de)  
**Volleyball:** Lutz Gunder, Frankfurter Straße 85, 64293 Darmstadt, Tel. 06151-1 368646,  
E-Mail: [volleyball@dsw-1912.de](mailto:volleyball@dsw-1912.de)  
**Wassersport:** Johannes Kollmann, Im Strehling 12, 64342 Seeheim-Jugenheim,  
Tel.: 06257-62450, E-Mail: [wassersport@dsw-1912.de](mailto:wassersport@dsw-1912.de)  
**Jugend:** Verena Szagartz (Jugendwart), E-Mail: [vereinsjugend@dsw-1912.de](mailto:vereinsjugend@dsw-1912.de)

**Ältestenrat:** Robert Herdt, Hans Hofmann, Thorsten Rasch, Heinz Steudle, Andreas Weber und Lieselotte Zimmerling

## WVD '70:

**1. Vorsitzender:** Jens Sommerkorn, Stifterstraße 14, 64291 Darmstadt,  
Tel.: 061 51-3 965727, Fax: 06151-3 965728, E-Mail: [h.sommerkorn@t-online.de](mailto:h.sommerkorn@t-online.de)  
Konto: Sparkasse Darmstadt, IBAN: DE03 5085 0150 0000 5923 74, BIC: HELADEF1DAS  
Spendenkonto: Sparkasse Darmstadt, IBAN: DE03 5085 0150 0010 0050 60, BIC: HELADEF1DAS

## Impressum:

**Herausgeber:** Darmstädter Schwimm- und Wassersport-Club 1912 e. V., Alsfelder Str. 31, 64289 Darmstadt  
**Redaktion/Anzeigen:** Wiebke Sturm, Heymannstraße 65, 51373 Leverkusen, Tel. 0214-31267835,  
Mobil: 0160-1521282, E-Mail: [wiebke@wiebkesturm.de](mailto:wiebke@wiebkesturm.de)  
**Druck:** Die Drucker, Freiherr-vom-Stein-Straße 4, 64354 Reinheim, Tel. 06162-914437  
**Erscheinungsweise:** Ausgaben Januar/Februar; März/April; Mai/Juni; Juli/August; September/Oktober; November/Dezember  
**Redaktionsschluss:** Jeweils der 21. des Vormonats, 18.00 Uhr.  
**ISSN:** 1431-3707



# AUS DEM INHALT

## Schwimmen

Internationales  
Schwimmfest **6**

## Schwimmen

Historischer Sieg beim  
Kindervergleichswettkampf **11**

## Triathlon

Gert Blumenstocks  
Xtreme Triathlon **18**

## Triathlon

Dreifacher HeidelbergMan  
Patrick Lange **24**

## Wasserball

WVD Damen sind erneut  
Süddeutsche Meisterinnen **32**

## Wassersport

Seekajak „Amrum“:  
Ein Boot auf Reisen **36**

# SCHWIMMEN

## Marco Koch startet bei den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro

Mit dem Weltmeister- und Vizeeuropameistertitel, einem vielversprechenden Platz in der Weltjahresbestenliste und großen Ambitionen im Gepäck reiste Marco Koch zum zweiten Mal in seiner Schwimmerlaufbahn zu den Olympischen Spielen, diesmal nach Rio de Janeiro/Brasilien. Er wurde dabei wieder unterstützt von Heimtrainer Alexander Kreisel. In der Vorbereitung waren sie vom Bundestrainer mit allen Freiheiten des „Eliteteams“ ausgestattet worden. Erwartet wurde eine sehr harte Konkurrenz und eine Siegerzeit vermutlich unter dem bestehenden Weltrekord und damit eine halbe Sekunde schneller, als Marcos Deutscher Rekord. Die Umstellung der inneren Uhr auf die Wettkampfzeiten am späten Abend wurde bereits zwei Wochen vor dem Abflug im SLZ in Darmstadt begonnen, drei Wo-

chen vor dem Umzug in das Olympische Dorf wurde ein Trainingslager in Brasilien zur Zeitumstellung genutzt.

Im Vorlauf erreichte Marco mittags in 2:08,98 den 5. Platz. Eine gute Ausgangsposition für das Halbfinale am Abend, das um 04:00 Uhr deutscher Zeit stattfand. Hier schwamm Marco 2:08,12, eine ordentliche Steigerung, die aber dennoch nur Platz 7 und somit nur Startbahn 1 im Finale bedeutete. Die Zwischenzeiten ließen noch Potential auf der zweiten Bahn vermuten, zu den Vorleistungen des Jahres 2016 war auch noch Luft. Ungewohnt war nach den Leistungen und dem Auftreten der vergangenen Jahre jedoch die knappe Niederlage gegen 3 Konkurrenten im eigenen Lauf, die die Einnahme einer Favoritenbahn im Finale verhinderte. Schnellster im Halbfinale und



damit aussichtsreichster Finalist war der Japaner Watanabe, der im anderen Halbfinale in 2:07,22 einen Olympischen Rekord erzielt hatte. Ach ja, die Strecke, um die es hier geht, ist natürlich 200 m Brust.

Das paßte soweit in das wenig erfolgreiche Bild, das der Deutsche Schwimmsport in Rio abgab und über das eine Vielzahl von Reportern berichteten, zahlenmäßig dem deutschen Trainerstab deutlich überlegen. Für einen Bericht über die erreichten Zeiten fühlten sie sich im Verein mit der Bildregie leider in der Regel nicht zuständig.

Marco, der heimatverbundene Junge aus dem abrißreifen Darmstädter Nordbad, das im übrigen in den kurzen Trailern der Fernsehkanal richtig schmuck aussah, und das auch in seiner nächlich beleuchteten SLZ-Freibadausgabe zu beeindrucken wußte, wurde jetzt in eher unvorteilhaft geschnittenen kurzen Interviews gezeigt, die dem Image des entspannten Sportlers, den nichts aus der Ruhe bringen kann, widersprechen. Sie entstanden wie gesagt im Zusammenhang mit den Berichten über das schwache Abschneiden der deutschen Schwimmer, ließen aber leider auch eine gewisse Verunsicherung bei Marco erkennen.

In der Finalnacht versammelten sich die Darmstädter Schwimfans auf Einladung der Stadt ab 02:00 Uhr in der Lounge der Centralstation, um das gleich für den Beginn des Abschnitts um 03:03 Uhr angesetzte Finale gemeinsam zu verfolgen und die für Darmstadt erhoffte Medaille zu feiern. Die Bedenken des Sportamtsleiters Torsten Rasch, ob der Saal mitten in der Nacht und noch dazu werktags auch gefüllt werden könnte, hatte DSW Vorsitzender Thomas Kipp im Vorfeld zerstreut und so fanden sich ca. 60 Schwimmer, Triathleten, Wasserballer, Verbandsvertreter und Sportinteressierte ein. Die Stadt Darmstadt war hochrangig vertreten durch OB Jochen Partsch, BM Rafel Reißer und Moritz Röder vom Sportausschuß. Dazu kamen noch Reporterteams, die sich insbesondere für die O-Töne des erfolgreichen DSW-Olympioniken Uwe Jacobsen interessierten.



Ca. 60 Schwimmsportbegeisterte warten kurz vor 3 Uhr morgens auf das 200m-Brust-Finale.

Die Spannung stieg und das große Rennen begann. Einer guten ersten Bahn (29,25 und Platz 3) folgte eine vielleicht wieder nicht mit ausreichendem Mut geschwommene zweite Bahn (1:02,31 nach 100 m und Platz 4). Mit dieser Zwischenzeit dürfte eine Endzeit deutlich unter 2:08 kaum möglich sein ... Auf der dritten Bahn gab Marco wie gewohnt Gas und konnte den Abstand zur Spitze verkürzen (32,65 - Platz 4). Die Stimmung in der Centralstation erreichte jetzt ihren Höhepunkt. Auf der Schlußbahn wurde der Abstand zur Spitze nicht wie erhofft aufgeholt, sondern vergrößerte sich wieder. In 33,04 konnte Marco im Endspurt einer vierjährigen Trainingsphase sein Tempo nicht mehr halten und wurde in einem äußerst ausgeglichenen Feld nur Siebter. In der Centralstation wurde es wieder ruhiger und das Gesehene in Fachgesprächen verarbeitet. Der Jubel in der Heimat, den die Kameras einfangen wollten, mußte ausfallen.

Der 21-jährige Kasache Balandin als Sieger war auf Bahn 8 auf der anderen Außenbahn geschwommen, er unterbot Marcos Bestzeit in 2:07,46 lediglich um eine hundertstel Sekunde. Der Japaner Watanabe auf Bahn 4 konnte seine Halbfinalleistung nicht wiederholen und belegte in 2:07,87 Rang 6, sicher war er ebenso enttäuscht wie sein Landsmann Koseki, der nach der ersten drei Bahnen jeweils geführt hatte, um dann am

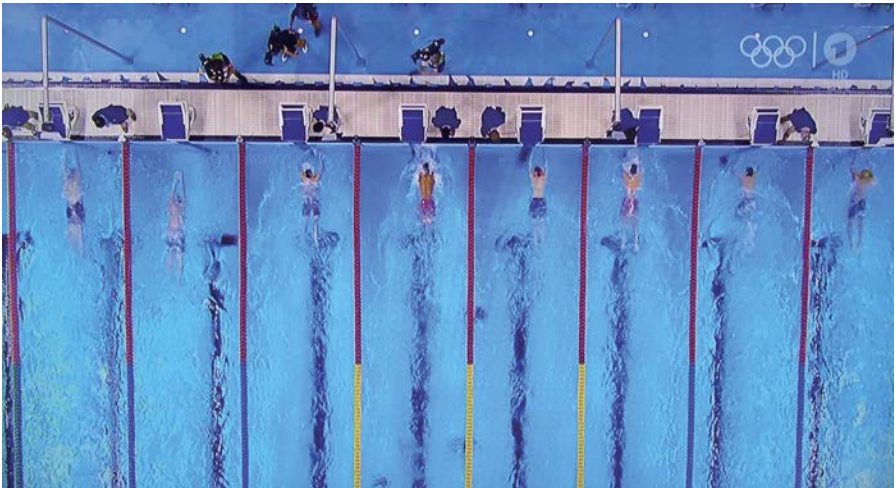


Ende in 2:07,80 auf Platz 5 zu landen. 30 Hundertstel hatten Marco zu dem Russen Chupkov, in 2:07,70 auf dem Bronzerang, gefehlt, 54 zu Gold. Eine so nicht erwartete riesengroße Chance hatte sich aufgetan, sie blieb ungenutzt. Auch nach längerem Abstand zum Geschehen stellt sich die Frage, ob das wirklich so ausgehen mußte.

Als Erklärung war später die Rede von zwei nicht optimal getroffenen ersten Wendungen. Der Bundestrainer kreidete sich an, in der letzten Phase der Vorbereitung bei den Darmstädtern nicht auf ausreichende Trainingsumfänge geachtet zu haben.

von der SPD mit ins Boot. Das war dann zum Abschluß in dieser Deutlichkeit eine richtig erfreuliche Nachricht, bevor es wieder ins Bett ging. Einige Enthusiasten waren auch um 07:00 Uhr zum Frühtraining im SLZ.

Beim Frühstück dann der Blick in die große Frankfurter Zeitung. Sie lud im Regionalteil für die kommende Nacht in die Centralstation zum Public Viewing ein. War alles etwa nur ein Traum gewesen und stand das große Finale noch bevor? Nein, leider nicht. Diese Klasseleistung der Redaktion weckt die Erinnerung an eine noch



Anschlag: Marco Koch ganz links

Die Lounge leerte sich erst nach einer Stunde der Nachbereitung des Rennens. Unisono erklärten Jochen Partsch und Rafael Reißer noch, dass der Neubau des Nordbades von der Koalition beschlossen sei und die endgültige Entscheidung im September in der Stadtverordnetenversammlung beschlossen werde. Auch von der Information des Kommentators unmittelbar vor dem Rennen, Marco müsse in Darmstadt im Stadtbad auf der kurzen Bahn trainieren, ließen sich die beiden nicht beirren. „Wir bauen ein Nordbad mit einer langen Bahn“, für diese Erklärung holten sie gleich auch noch Moritz Röder

viel tollere Leistung. Sie wurde erbracht von einem greisen Herrn aus Italien, der als Weltverbandschef der Schwimmer die Jugend der Welt zum friedlichen Wettstreit aufrief und dabei ausdrücklich auch (früher) gedopte Sportler mit einbezog. Vielen Dank für diese klaren Worte.

Nachzutragen ist noch der weitere 7. Platz, den Marco mit der 4x100 m Lagen Staffel am Schlußtag der Schwimmwettbewerbe erreichte. Auf der Brustteilstrecke ersetzte er Christian vom Lehn, der im Vorlauf nicht unter einer Minute geblieben war, und schwamm mit fliegendem Start 0:59,63.

THOMAS KIPP



# „Internationales“: Ein organisatorischer wie sportlicher Erfolg

# MERCK

## 53. Internationales Schwimmfest um den Merck-Superpokal



Beim Internationalem Schwimmfest konnte der ausrichtende DSW 1912 nicht nur als Gastgeber für Schwimmer von 5 Kontinenten überzeugen. Auch sportlich lief es auf allen Ebenen gut für die DSW-Schwimmer.

In der offenen Wertung fiel mit 15 von 32 Titeln fast die Hälfte der Wertungen an unsere Starter. Dazu wurden außerdem alle 4 Staffelwettbewerbe gewonnen. Die Gäste aus Frankreich vom Club Ile de France waren sechsmal erfolgreich, die irischen Schwimmer von Swim Ireland ULSPC viermal.

Die meisten Titel konnte Reva Foos einsammeln. Sie dominierte in der Freistillage und gewann alle 5 Wettbewerbe von 50m bis 800m. Auch Chantal Noe

dominierte ihre Speziallage Brust unangefochten mit drei Siegen von 50m bis 200m.

Bei den Herren holten sich Julius Flohr (100m Schmetterling, 200m und 400m Lagen) und Joseph Mooney von Swim Ireland ULSPC (50m, 100m, 200m Freistil) jeweils 3 Siege.

In den Jahrgängen 1999 bis 2004 wurden die 100m- und 200m-Strecken ausgeschrieben. Hier konnte Josif Miladinov im Jahrgang 2003 vom SV Gera mit 5 Titeln am meisten absahnen. Abdulrahman Alhajery (2001, ELITE SWIM SPORTING TEAM KUWAIT) und Thomas Boursac Cervera Lortet (1999, Club Ile de France) sicherten sich je viermal den Platz ganz oben auf dem



Podium. Bei unseren Talenten waren hier David Schneider und Finn Herr (beide 2004) mit je zwei Siegen am stärksten.

Bei den Mädchen holte sich eine Thüringerin die meisten Siege. Nele Stüber (2004) vom Erfurter SC gewann vier Wettbewerbe. Je dreimal erfolgreich waren Libby Simpson (2002, Warrender Baths Club), Dominika Kowalska (2000, MKS Trojka Lodz) und die DSW-Rückenspezialisten Marlene Hirschberg (2001), die sich neben ihren Spezialstrecken 100m und 200m Rücken auch die 200m Lagen sichern konnte. Aus Südhessen waren zudem je zweimal erfolgreich Melanie (2003) und Carolin Albers (2000) vom DSW und Lili Marie Kramer (2003) vom TV Langen.

Weitere Jahrgangssieger aus Südhessen mit je einem Sieg: Johanna Funk, Klara Renker, Morgane Henninger (alle 2003), Susana Starkbaum (2001), Marleen Sinsel (1999), Phil Aldick (2003), Frederic Brussig (2001), Hubert Szablowski (2000, alle DSW 1912 Darmstadt), Sophia Herbsthoff (2004), Maren Müller (2002, beide SG 1886 Weiterstadt), Anna Elendt (2001, TV 1862 Langen)

In den Nachwuchswettbewerben der Jahrgänge 2005 und jünger wurden 50m und 100m in allen Lagen sowie in den äl-

teren Jahrgängen die 200m-Strecken außer Schmetterling ausgeschrieben. Auch hier konnten unsere Talente mit 19 Erfolgen die meisten Siege einfahren. Sehr stark aber auch die anderen hessischen Vereine. SC 1911 Wiesbaden (13), WSV Großkrotzenburg (8) und SG 1886 Weiterstadt (7) sicherten sich jeweils ihren Anteil am Edelmetall.

Am erfolgreichsten war als Einzelschwimmer das Wiesbadener Talent Alexander Eichler (2007) mit sieben Siegen bei sieben Starts. Drei Schwimmer erreichten je 4 Siege: Luis Lange (2006, SC Wiesbaden 1911), Michael Rajc (2006, SSG Saar Max Ritter) und Emre Bilgutay (2005, Fenerbahce Sport Club). DSW-Talente holten mit Felix Fraszczak (2008) und Jakob Werner (2006) je drei Erfolge genauso wie Emiel van Oord(2005) vom TV Langen.

Bei den Mädchen war die Weiterstädterin Lea Maria Makovec (2007) sechsmal erfolgreich. Auf die gleiche Anzahl von Siegen kamen Charlotte Penz (2006, Eisenacher SSV) und Finia Steeg (2005, WSV Großkrotzenburg). Sophia Ivanova (2008) mit vier Siegen und Melissa Siebenlist (2005) mit drei Erfolgen vertraten unseren DSW am besten in den Siegerlisten.

## Wir trauern um Dietmar Oehlich

Mit großer Trauer haben wir die Nachricht erhalten, dass Dietmar Oehlich im Alter von 72 Jahren verstorben ist. Dietmar war der Schwimmabteilung seit vielen Jahrzehnten als Trainer diverser Mannschaften, Kampfrichter und Helfer

bei zahllosen Veranstaltungen verbunden. Zuletzt hat er die Trainingsstunden der Seniorenmannschaft betreut. Unser Mitgefühl gilt seinen Angehörigen. Wir werden Dietmar ein ehrendes Andenken bewahren.



## Wettkämpfe und Termine September/Oktober 2016

Wann	Was	Wo
09.09	Grill-Out	SLZ 
24.09	Echo-Schwimmen 1. Durchgang	Trainingsbad 
01./02.10	DMSJ Bezirk Süd und Bezirksmeisterschaften Lange Strecken	Trainingsbad 
08.10	Echo-Schwimmen 2. Durchgang	Trainingsbad 
15.10	Masters DMS - Landesentscheid Hessen	Eschborn
22.10	Echo-Schwimmen 3. Durchgang	Trainingsbad 

## Großartige DJM-Bilanz für den DSW

Wie schon einige Wochen zuvor bei den offenen Deutschen Meisterschaften konnte Cheftrainer Alex Kreisel auch Ende Juni nach den Deutschen Jahrgangs-



Chantal Noe gewinnt die 50m und die 200m Brust; hier bei der Siegerehrung für das Hauptfinale.

meisterschaften zufrieden die Heimreise von Berlin aus antreten. Seine Schützlinge haben Titel, Finalteilnahmen und Bestzeiten eingefahren und auch die eine oder andere Überraschung in petto gehabt.

Am Ende standen 5 Titel zu Buche. Viermal konnte Chantal Noe ein Finale für sich entscheiden. Sowohl über 50m als auch über 200m Brust konnte sie erst das Juniorinnenfinale (Jhg. 1998/99) gewinnen und anschließend auch das Hauptfinale, bei dem die besten Schwimmerinnen aus den Jahrgängen 2000/01 noch dazu kamen. Bei ihrem Sieg über 50m Brust in 0:31,95 gelang ihr dabei nicht nur eine Bestzeit, sondern auch ihr erster Hessischer Rekord auf der Langbahn. Einen besonderen Glückwunsch dazu. Ein kleiner Wermutstropfen war leider die Disqualifikation über 100m Brust im Vorlauf. Auch hier wären mit Chantals überragender Form sicher noch zwei Siege möglich gewesen.

Den fünften Titel steuerte Brusttalent Hubert Szablowski im Jahrgang 2000 bei. Nachdem es über 100m knapp "nur" zu



Silber gerreicht hat, machte er im Finale über 200m kurzen Prozess mit seinen Gegnern und gewann klar. Über 200m Lagen erschwamm sich Hubert auch das Finale, meldete aber ab.

Zu den beiden Titel- und Medaillengewinnern kamen noch 9 weitere Finalteilnahmen. Selina Celar und Marlene Hirschberg konnten sich in jeweils drei Finals schwimmen. Selina erreichte als bestes Resultat einen Platz 5 über 50m Freistil, Marlene wurde Achte über 100m Rücken. Zweimal ins Finale schwamm

Adrian Balsler und erschwamm dabei Platz 6 über 100m Freistil, Johanna Funk schwamm auf der gleichen Strecke in ihrem Jahrgang auf Platz 8.

Dazu kamen auch diesmal zahlreiche neue persönliche Bestzeiten und selbst dort, wo diese verfehlt wurden, geschah dies zumeist hauchdünn.

Alles in allem also eine Topbilanz, die mit dem zehnten Platz im Medaillenspiegel der DJM auch gut dokumentiert ist. Herzlichen Glückwunsch den Aktiven und Ihren Trainern.



Hubert Szablowski (2000) wird Deutscher Jahrgangsmeister über 200m Brust.



## Die DSW-Ergebnisse komplett

### **Adrian Gabriel Balse** – 1996 (Junioren)

100m Rücken Vorlauf 15. 01:00,86 (pB)  
100m Freistil Vorlauf 7. 00:52,65 (pB),  
Finale 6. 00:52,37 (pB)  
200m Lagen Vorlauf 10. 02:13,67 (pB),  
Finale 10. 02:14,83

### **Ante Dany** – 2000

200m Freistil Vorlauf 19. 02:00,05 (pB)  
100m Freistil Vorlauf 14. 00:54,25 (pB)

### **Benjamin Kranz** – 2001

50m Freistil Vorlauf 36. 00:26,38

### **Carolin Albers** – 2000

100m Freistil Vorlauf 19. 01:00,30  
200m Freistil Vorlauf 18. 02:11,15 (pB)  
50m Freistil Vorlauf 13. 00:27,69

### **Chantal Noe** – 1998 (Juniorinnen)

50m Brust Vorlauf 1. 00:32,22(pB, VR), Finale 1.  
00:31,95(pB, VR, HR), Hauptfinale 1. 00:32,12  
200m Brust Vorlauf 3. 02:34,78, Finale 1.  
02:30,64(pB, VR), Hauptfinale 1. 02:31,31  
100m Brust Vorlauf Disqualifiziert

### **Chiara Lausch** – 2002

50m Freistil Vorlauf 24. 00:28,46 (pB)  
100m Freistil Vorlauf 16. 01:01,12

### **David Schneider** – 2004 ( Mehrkampf)

400m Freistil 37. 05:07,29  
50m B-Beine 9. 00:49,34  
100m Brust 13. 01:25,91  
200m Brust 12. 02:59,14  
200m Lagen 14. 02:38,48

### **Hubert Szablowski** – 2000

200m Lagen Vorlauf 10. 02:14,94,  
Finale Abgemeldet  
100m Brust Vorlauf 2. 01:05,95(pB),  
Finale 2. 01:06,10  
200m Brust Vorlauf 2. 02:26,91,  
Finale 1. 02:21,91

### **Johanna Funk** – 2002

200m Freistil Vorlauf 18. 02:14,25 (pB)  
100m Rücken Vorlauf 36. 01:11,18  
100m Freistil Vorlauf 8. 01:00,44(pB),  
Finale 8. 01:00,49

### **Laura Schultes** – 2000

200m Brust Vorlauf 25. 02:51,16  
100m Brust Vorlauf 22. 01:17,58(pB)

### **Lea Lücke** – 1999 (Juniorinnen)

100m Schmetterling Vorlauf 22. 01:05,42  
50m Schmetterling Vorlauf 18. 00:29,55

### **Marcel Friedrich** – 1996 (Junioren)

100m Freistil Vorlauf 13. 00:53,93  
200m Rücken Vorlauf 17. 02:19,46  
50m Rücken Vorlauf 20. 00:28,74(pB)

### **Marlene Hirschberg** – 2001

200m Rücken Vorlauf 13. 02:26,87  
50m Rücken Vorlauf 7. 00:30,92,  
Finale 10. 00:30,85  
100m Rücken Vorlauf 9. 01:07,96,  
Finale 8. 01:07,52  
200m Lagen Vorlauf 11. 02:28,22,  
Finale 9. 02:27,95  
50m Schmetterling Vorlauf 17. 00:30,09

### **Melanie Albers** – 2003

100m Brust Vorlauf 26. 01:20,19(pB)  
200m Brust Vorlauf 20. 02:53,04(pB)

### **Morgane Henninger** – 2003

100m Schmetterling Vorlauf 22. 01:10,19

### **Selina Celar** – 1999 (Juniorinnen)

100m Freistil Vorlauf 10. 00:58,87,  
Ausschwimmen 1. 00:57,89(pB),  
Finale 10. 00:58,60  
200m Schmetterling Vorlauf 13. 02:25,44  
200m Freistil Vorlauf 21. 02:10,45  
100m Schmetterling Vorlauf 13. 01:04,38  
50m Freistil Vorlauf 4. 00:26,93(pB),  
Finale 5. 00:26,86(pB)  
50m Schmetterling Vorlauf 11. 00:29,22,  
Finale 9. 00:28,95

### **Tim Keunecke** – 2002

50m Freistil Vorlauf 11. 00:26,37  
100m Freistil Vorlauf 25. 00:59,29

pB – persönliche Bestzeit

VR – Vereinsrekord

HR – Hessischer Rekord



# Historischer Sieg beim Kindervergleichswettkampf für den Bezirk Süd

Wie in jedem Jahr fand der Kindervergleichswettkampf der vier hessischen Bezirke in Gelnhausen statt. Samstagmittag führen wir mit Melissa Siebenlist (2005), Emilia Manafov (2005), Lara Keunecke (2006), Anne Damm (2005), Yasina Abdelaziz (2005), Felix Albers (2005) und Jakob Werner (2006) (alle Schwimmer vom DSW), Lorenz Raach (2005) (TSG), Laila Zimmermann (2005), Chiara Rausch (2005), Mia Antonia Volz (2005), Silas Goet und Marc Nels (SG Weiterstadt), Emiel van Oord (2005), Peer Möller (2006) (beide TV Langen) mit einem Kleinbus in die Jugendherberge.

Dort fand am Nachmittag der erste Teil des Vergleiches statt, der aus fünf athletischen Übungen besteht. Nach kurzem Cast-

ing der Kinder teilten wir sie in die verschiedenen Übungen ein. Erste Disziplin war die Sprintstaffel. Diese konnten wir für uns entscheiden. Danach folgte der „Dreier-Hopp“ bei dem die Kinder als Staffel eine vorgegebene Strecke absolvieren mussten. Hier konnten wir einen guten zweiten Platz hinter den „Kängurus“ aus Team West belegen. Nach dem Abendessen mussten alle Kinder Sit-Ups machen. Die Aufgabe bestand aus drei schwerer werdenden Übungen. Felix meisterte als einziger unseres Bezirkes die schwerste Stufe. Bei der Sit-Up-Übung zeigte sich, dass wir in kurzer Zeit schon ein tolles Team geworden sind. Alle feuerten lautstark mit an und klatschten bei geschaffter Übung. Für die Liegestütze wurden fünf Kinder ausge-



Müde, aber glücklich, die siegreiche Kindermannschaft des Bezirk Süd nach ihrem historischen Sieg.



wählt. Sie mussten in 20 Sekunden möglichst viele perfekt ausgeführte Liegestütze durchführen. Herausragend waren hier Chiara und Silas. Chiara erzielte mit 21 die absolute Bestmarke bei den Mädchen. Bei den Jungen war es Silas. Er beeindruckte sogar die Kampfrichter mit überragenden 25 Wiederholungen. Aufgrund des schlechten Wetters musste das Tauziehen auf Sonntag verschoben werden. Nach den ersten vier Übungen lagen wir deutlich an Platz eins. Es folgten die Bezirke West (130) Mitte (120) und Nord (70).

Nach einer für einige zu kurzen Nacht ging es mit einem Reisebus zum Schwimmbad. Im ersten Abschnitt konnten wir durch starke Leistungen den favorisierten Bezirk Mitte auf Distanz halten. Hervorragende Bestzeiten erschwamm Vielstarterin Melissa. Sie wurde in 100m Brust in 1:25 Minuten und 100m Rücken in 1:17 Minuten Erste. Felix siegte ebenfalls mit Bestzeit in 100m Rücken in 1:24 Minuten. In der Koordinationsstaffel und Freistilstaffel mussten wir uns Bezirk Mitte geschlagen geben. Katharina und Lukas Löwel tüftelten beim Mittagessen die drei Teams fürs Tauziehen aus. Beim Tauziehen wurde die Rivalität zwischen Bezirk Mitte und Süd besonders deutlich. Wir „verbündeten“ uns mit Team West, die im entscheidenden letzten Duell gegen Mitte siegen konnten. Es gab drei erste Plätze und wir haben gegen Bezirk Mitte keine Punkte verloren.

Bei starkem Regen und kurzer Mittagspause konnten wir leider nicht mehr ganz an die Leistungen vom ersten Abschnitt anknüpfen. Unser Vorsprung wurde immer geringer. Melissa erschwamm wichtige Punkte in 200m Lagen mit einer deutlichen Bestzeit von 2:45 Minuten. Einige Kinder konnten ihre Zeiten bestätigen: Emilia 100m Rücken 1:25 Minuten, Felix 200m Lagen 3:00 Minuten und 100 Schmetterling 1:24 Minuten und Jakob 100 Schmett-

terling 1:30 Minuten. Für alle Kinder war es der erste Freibadwettkampf in diesem Jahr. Einige hatten mit wenig Schlaf und schlechtem Wetter sehr zu kämpfen. Vor der abschließenden 8x50m Lagen mixed Staffel war uns klar, dass uns ein zweiter Platz hinter Bezirk Mitte zum Gesamtsieg reicht. Dennoch war die Anspannung deutlich zu spüren. Alle Kinder sind noch ein letztes Mal über sich hinausgewachsen und kamen nur ganz knapp hinter Bezirk Mitte ins Ziel. Die Platzierungen beim Schwimmen wurde in Punkte umgerechnet und ergaben mit den Athletikpunkten das Gesamtergebnis.

Den letzten Sieg von Bezirk Süd gab es 1988. Der favorisierte Bezirk Mitte hatte 22 Jahre in Folge den Pokal mit nach Hause genommen. Daher hatten die Kinder und Betreuer die Erwartung wieder zu gewinnen. Unter den Kindern kam es zu Provokationen, die unsere Kinder nur noch mehr motivierten.

Es war ein toller, erfolgreicher Wettkampf. Zu Beginn sind die Kinder in der Reihenfolge der Vorjahresplatzierung eingelaufen. Am Wettkampfe waren wir stolz, dass wir als erste zur Siegerehrung einlaufen durften. Unsere Kinder haben eine Goldmedaille von Martin „Lobby“ Lobstedt überreicht bekommen. Als Sieger erhielten sie den Wanderpokal. Statt dem versprochenen Siegereis – leider gab es keins im Schwimmbad – freuten sich die Kinder über eine Waffel.

Dieser Wettkampf hat uns vor allem deshalb gut gefallen, weil wir schnell ein Team bilden, uns gegenseitig anfeuern, motivieren und trösten konnten. Alle Kinder waren füreinander da. Wärmemäntel wurden bis zum Startpfeiff gegenseitig gehalten, auch für Kinder, die keinen hatten. Alle Kinder hatten Anteil an dem Sieg. Wir sind stolz, dass wir als kleiner Bezirk, dank toller Nachwuchsarbeit, den Pokal mit nach Hause nehmen durften.

KATHARINA LÖWEL



## Kurzmeldungen aus der Schwimmabteilung

**+++ DSW-Schwimmschule** mit neuer Leitung – Seit diesem Sommer steht die DSW-Schwimmschule unter neuer Leitung. Während der sportliche Bereich schon seit einigen Monaten von Claudia Lachmann betreut wurde, hat nun Axana Dargatz die organisatorische Leitung übernommen. Wir wünschen beiden viel Erfolg bei der Weiterentwicklung dieser wichtigen Säule unseres Vereins.

**+++ Hessische Jahrgangsmeisterschaften** der jüngeren Jahrgänge in Frankfurt – 13 Titel brachten die DSW-Talente aus Frankfurt mit nach Hause. Über Einzelstrecken je zweimal erfolgreich waren Felix Albers (2005) über 100m Schmetterling und 100m Rücken, Jakob Werner (2006) über 100m Schmetterling und 200m Lagen und Melissa Siebenlist (2005) über 100m Rücken

und 200m Brust. Einen Titel holten Melanie Albers (2003) über 100m Brust und David Schneider (2004) über 200m Brust. Im Mehrkampf (50m Beine, 100m und bei den älteren Jahrgängen 200m in jeweils einer Lage) holten 2-mal Felix Albers (Schmetterling, Rücken), Jakob Werner (Schmetterling), Finn Herr(2004, Schmetterling) und Melissa Siebenlist (Rücken) weitere Titel. Mit 13 Titeln und insgesamt 42 Medaillen ein erfolgreicher Ausflug nach Frankfurt.

**+++ Thomas Kipp** Hessischer Mastersmeister im Freiwasser – Der DSW-Vorsitzende Thomas Kipp konnte bei den Internationalen Hessischen Freiwassermesterschaften in Großkrotzenburg in seiner AK50 die 2,5km-Strecke in 34:28,40 für sich entscheiden. Herzlichen Glückwunsch!

ANZEIGE



Anstrich • Verputz • Tapeten • Altbausanierung • Fassadenreinigung  
Betonschutz • Trockenbau • Wärmedämmung

seit 1847

*Ihr Malermeister  
in Darmstadt*

**steingässer**

Im Tiefen See 75 64293 Darmstadt  
Fon 06151-89 8611 • Fax 89 8613 • [www.maler-steingaesser.de](http://www.maler-steingaesser.de)



# TRIATHLON

## Saisonfinale der 1. Bundesliga – Klassenerhalt ist geschafft!



Barfuß oder Turnschuh: Unser Team der 1. Triathlonbundesliga

27.07.2016 – Versöhnlicher Abschluss einer zum Teil eher durchwachsenen Saison für die südhessischen Triathleten. Beim letzten Bundesligarennen des Jahres am vergangenen Sonntag in Tübingen machte im Männerfeld der DSW mit Tagesplatz zwölf den Klassenerhalt perfekt, letztendlich doch relativ sicher als vierzehnte Mannschaft der Abschlusswertung. Philipp Weber (32.), Fernando Lopez (40.), Alejan-

dro Canas (44.), Sean Donnelly (61.) und Thomas Pignède (66.) blieben damit im Rahmen der Erwartungen. Beim Radfahren hatte sich eine große Gruppe von gut sechzig Athleten gebildet, beim abschließenden Entscheidungslauf von fünf Kilometern konnten sich dann insbesondere Philipp Weber und die Spanier des DSW im Mittelfeld platzieren. Deutscher Meister wurde bei den Männern wie bei den Frauen das



EJOT Team TV Buschhütten. In der zweiten Liga verpasste der DSW unterdessen knapp das Treppchen. Luca Füller (10.), Finn Arndt (13.), Steffen Kundel (23.), Frank Kalbfleisch (30.) und Julius Gatermann (42.) wurden in Tübingen vierter, stehen aber in der Gesamtwertung nach wie vor auf Rang zwei. „Sie haben alle ihre Leistungen gezeigt, das war soweit in Ordnung“, urteilte der Sportliche Leiter Thomas Pignède. Die Podiumsplatzierung soll am 4. September in Baunatal verteidigt werden, wenn dort die Zweitliga-Saison zu Ende gehen wird... Wir möchten uns bei unseren Betreuern Anne Hauck und Steffen Huss herzlich bedanken, die einen super Job geleistet haben. Außerdem noch Danke and Guido Reisch,

der sonntags früh die Fahrt nach Tübingen angetreten hat, um uns vor Ort nach vorne zu pushen!



Das Team der 2. Liga zusammen mit Guido und Steffen.

## Team frog'n'kraut beim ÖtillÖ SwimRun Isles of Scilly

Ein Abenteuer der besonderen Art wagten Thomas Pignède – frog – und Felix Haupt – kraut – auf den Isles of Scilly, einer englischen Inselgruppe im Atlantik 50km südwestlich von Cornwall. Die Herausforderung lag vor allem in dem einzigartigen Wettkampfformat der ÖtillÖ (schwedisch für Insel-zu-Insel) Rennserie: insgesamt 38km waren an Land und im Wasser zu absolvieren, in Summe 30km Traillaufen und 8km Freiwasserschwimmen, jedoch unterteilt in 19 abwechselnden Schwimm- und Laufpassagen. Diese gesamte Strecke muss von Zweiertteams gemeinsam bezwungen werden, die niemals mehr als 10m auseinander sein dürfen (eine hohe Homogenität der Teampartner ist daher von entscheidender Bedeutung). Mit Schwimmabschnitten von 300m bis 2.5km, anspruchsvollen Geländeläufen zwischen 500m und 7.5km, 18 Wechsel zwischen den Disziplinen, starken Strömungen in kaltem Wasser, feuchter Hitze beim Laufen, Kletterpassagen über Felsenriffe und der Verpflichtung sein gesamtes

Equipment immer bei sich zu führen, war dies freilich kein Zuckerschlecken (man muss also mit Trailshuhen schwimmen und läuft im Neoprenanzug und mit Paddles an den Händen). Der Lohn für die ganzen Strapazen: atemberaubende Landschaften und das hautnahe Erleben und Entdecken dieses weitestgehend unbekanntes Naturparadies!

Nach einem forschenden Beginn waren wir hinter dem späteren Siegerduo zunächst in der 8-köpfigen Verfolgertruppe vertreten, mussten aber zwischendurch etwas reißen lassen, insbesondere weil der französische Teil unseres Teams energetisch ein kleines Zwischentief durchleiden musste... glücklicherweise fand er vor dem abschließenden Lauf ein paar seiner Kräfte zurück, sodass wir uns noch auf Rang vier vor-kämpfen konnten und nach 5:11:57 erschöpft, aber zufrieden über den weitestgehend gelungenen Einstand die Ziellinie überquerten. Entgegen unserer Erwartung waren die drei ersten Mannschaften schwimmerisch stärker, und wir



dafür die schnellsten an Land, obwohl wir kaum (um nicht zu sagen nie) Trailläufe trainiert hatten.

Neben aufgeschürften Beinen und müden Armen nehmen wir vor allem viele neue Erfahrungen und Erkenntnisse mit. Auch wenn wir bereits für die ÖtillÖ SwimRun Weltmeisterschaft in Schweden Anfang September qualifiziert waren, hat sich die Reise zu den Isles of Scilly definitiv gelohnt. Wir haben viel gelernt und wissen woran wir noch arbeiten müssen,

um beim ursprünglichen Originalwettkampf in den Stockholmer Schärengarten hoffentlich konkurrenzfähig zu sein. Die Strecke dort ist übrigens noch viel länger und härter, unter anderem müssen insgesamt 65km gelaufen werden, darunter ein Abschnitt von 20km am Stück... auf dem Weg dorthin könnt Ihr uns während unserer Vorbereitung hier folgen und begleiten: <https://www.facebook.com/frog.n.kraut/>

So long!

Thomas & Felix, Team frog'n'kraut

## Durchwachsener Tag in der 2. Bundesliga am Rothsee

Keine strahlenden Gesichter nach dem dritten Rennen der 2. Triathlon-Bundesliga im fränkischen Rothsee. Konnte die zweite Bundesliga-Mannschaft des Triathlon Team DSW Darmstadt in den ersten beiden Rennen die eigenen Erwartungen mehr erfüllen, stand am vergangenen Samstag mit einem sechsten Platz ein ernüchterndes Resultat auf der Ergebnisliste. Der DSW ist neben dem TuS Griesheim das einzige Team der zweiten Liga, die zugleich eine Mannschaft in der höchsten Rennklasse stellen. Luca Füssler (7.), Finn Arndt (17.), Uwe Drescher (30.) und Julius Gatermann (36.) trugen die Ergebnisse zum Darmstädter Tagesresultat bei, Frank Kalbfleisch kann bei seinem Zweitligadebüt auf Platz 49. „Wir brauchen jetzt unbedingt ein paar ruhige Wochen, dann können wir hinten raus bestimmt wieder an die Leistungen der ersten Rennen anknüpfen“, ist sich Cheftrainer Benjamin Knoblauch sicher.

Auch Uwe Drescher berichtet: „Am vergangenen Samstag, 26.6 ging es für die Zweitligamannschaft des DSW Darmstadt am malerischen Rothsee darum, die Tabellenführung in der zweiten Triathlon Bundesliga zu verteidigen. Neben Julius Gatermann, Luca Füssler, Finn Arndt und

ich sollte Frank Kalbfleisch sein Ligadebüt geben. Auf der 750 Meter langen Schwimmstrecke überzeugte zunächst Julius mit einer starken Leistung und konnte in einer siebenköpfigen Spitzengruppe aufs Rad steigen. In der ersten Verfolgergruppe fanden sich Finn und Luca. Frank Kalbfleisch ging in der dritten Radgruppe auf die 20 Kilometer lange Radstrecke, und ich noch weitere 20 Sekunden dahinter. Auf der ersten Radrunde schaffte ich es mit großem Kraftaufwand, zur Gruppe von Frank aufzufahren und war auch danach maßgeblich daran beteiligt, dass sich die zweite und dritte Radgruppe zusammenschlossen. Somit ging die Spitzengruppe mit Julius mit einer knappen Minute Vorsprung auf ein großes Hauptfeld mit den restlichen DSWlern auf die Laufstrecke. Hier konnte vor allem Luca Füssler überzeugen. Er lief die auf den fünf Kilometern bei schwülheißen Bedingungen bis auf Platz sieben vor. Dahinter platzierten sich Finn Arndt auf Platz 17, Uwe Drescher auf Platz 30, Julius Gatermann auf Platz 36 und Frank Kalbfleisch auf Platz 49. Das reichte in der Tageswertung nur zu Platz sechs, womit die Tabellenführung leider an das Team aus Neckarsulm verlorenging.“



## Horst Reichel wird zweiter beim IM 70.3 Budapest, Nicole Best gewinnt in der AK.

01.08.2016 – Sein vielleicht bestes Rennen seit seinem Ironman Sieg 2014 in Schweden gelang Horst Reichel beim 70.3 in Budapest. Hinter dem “Überbiker” Bertrand Billard nahm Horst auf dem Rad die Verfolgung auf und konnte insbesondere dank einer starken Laufleistung nochmal auf 35 Sekunden rankommen. Seine Endzeit von 3:41:46 war zudem ein deutliche Unterbietung des bisherigen Streckenrekords von Terenzo Bozzone aus dem Vorjahr! Sehr zufrieden über diesen gelungenen Formtest blickt Horst nun top motiviert in Richtung des Saisonhöhepunkts beim Ironman Copenhagen in 3

Wochen... Vom DSW nahm außerdem Nicole Best in Budapest teil, die in 4:28:37 souverän mit fast 40 Minuten Vorsprung ihre Altersklasse für sich entscheiden konnte, womit sie bei den Profis in die Top 10 gekommen wäre! Nach einem schnellen Schwimmen bei “angenehm heißen Temperaturen” von ca. 32 Grad, war sie ebenfalls beim Radfahren sehr zügig unterwegs und konnte dennoch die tolle Altstadt und eine gigantische Aussicht von einem kurzen Berg aus genießen. Da Nicole aufgrund des Rolling Starts nicht genau wusste, wo sie im Rennen lag, ließ sie sich beim abschließenden Laufen noch



Horst Reichel beim Zieleinlauf



auf einen Endspurt ein und überholte sogar den ehemaligen Radprofi und amtierenden Olympiasieger Alexander Vinokourov bei seiner ersten Mitteldistanz... Glückliche

über diesen toll organisierten Wettkampf freute sich Nicole über das Erlebnis und dass sie noch alte Kolleginnen und Bekanntschaften treffen konnte.



Nicole auf dem Rad und im Zielkanal

## Gert Blumenstock beim Norseman Xtreme Triathlon – The Black T-Shirt Contest

09.08.2016 – Es gibt dutzende Langstrecken-Triathlons mit den klassischen Distanzen 3,8 km schwimmen, 180 km radfahren und Marathonlauf. Beim Norseman in Norwegen sind die Streckenlängen dieselben. Aber alles andere ist anders. Spektakulär anders. In Kurzform: Schwimmen im eiskalten Fjord, Radfahren über fünf Berggipfel und das Ziel des Marathonlaufs ist in Höhe von 1.880 Metern auf dem Gaustatoppen.

Der Wettkampftag in Eidfjord an der norwegischen Westküste beginnt am vergangenen Samstag früh. Das Rad wird nicht am Vorabend, sondern vor dem Schwimmstart eingecheckt. Martin und ich stellen uns so gegen drei Uhr in die Reihe der anderen Athleten. Beim Norseman ist ein Support-Team vorgeschrieben, denn auf der Radstrecke und anfangs auf der Marathonstrecke gibt es keine Verpflegung vom

Veranstalter. Das müssen die Athleten selbst organisieren. Rund 300 Triathletinnen und Triathleten stehen auf der Startliste des Norseman 2016.

Vom Bike-Check-In gehe ich direkt auf die Fähre, die um vier Uhr ablegt und die Starter die 3,8 km in den Fjord hinausfährt. Und hier wartet schon die erste Herausforderung. Ins eiskalte Wasser geht es nur mit einem Sprung von Bord. Es ist im Vorfeld nicht herauszukriegen, wie tief man springen muss: die Angaben reichen von 1,5 bis fünf Metern. Ich stehe jetzt an der Kante, es ist kurz nach vier Uhr und stockdunkel. Unter mir schwappt das Wasser gegen den Schiffsrumpf. Die Wassertemperatur liegt bei 13 Grad, wie wir am Vortag beim „dringend empfohlenen“ Testschwimmen leidvoll feststellen mussten. Ich habe mir vorgenommen vorzugehen und nicht lange zu überlegen. Kurzer Blick nach unten. Das



ist aber tief, denke ich mir und springe. Ich springe ins Nichts. Meine Schwimmbrille fest umklammert, tauche ich ein, der Neo hilft, dass ich schnell wieder an die Wasseroberfläche komme. Ganz schön kalt, aber es geht. So jetzt muss ich nur noch zur Startlinie schwimmen, die von einigen Kajaks markiert wird und über 100 Meter von der Fähre entfernt ist. Ab und zu drehe ich mich auf den Rücken und sehe, wie die anderen von der Schiffsrampe springen. Das Ganze erinnert an den Film Titanic – ein einsames, hell erleuchtetes Schiff in der Dunkelheit im Eismeer und Menschen, die im Wasser schwimmen.

Dann: Das Schiffshorn ertönt und los geht's. Geschwommen wird rund 3,3 km an der Steilküste des Fjords entlang und dann an der einzigen Boje des Schwimmkurses nach links zum Schwimmziel. Wie in der Wettkampfbesprechung vorhergesagt („Die Strömung wird gegen Euch sein“) ist das Schwimmen sehr anstrengend. Relativ hohe Wellen machen dem Schwimmbereich zu schaffen. Meine Sailfish-Neosocken leisten gute Dienste. Kalt werden mir mit der Zeit nur die Hände und das Gesicht. Die Boje ist erreicht, den Rest schaffe ich auch noch. Raus aus dem Wasser und Martin wartet schon beim Rad und hilft mir beim Umziehen. Da es in den nächsten 40 km mit dem Rad auf 1.200 m hoch geht und es nicht regnet, entscheide ich mich für eine kurze

Radhose, Tria-Top, Helmmütze und Armlinge. Mit meinem Support-Team, dem auch Tobi und Maik angehören, ist vereinbart, dass wir uns bei Kilometer 20 zum ersten Mal treffen. Fehleinschätzungen bei der Bekleidung können so recht schnell korrigiert werden. Es geht mit dem Rad erst flach und dann immer steiler aus dem Städtchen hinaus. Wir radeln auf der großen Landstraße, die durch viele Tunnel führt. Die Triathleten umfahren die Tunnel auf Radwegen, die einzigartige Blicke in eine Schlucht mit einem reißenden Fluss ermöglichen. Ein Teil dieser Rad-Route ist wegen eines Erdrutsches aber gesperrt. Das Feld der Radler muss auf die Straße ausweichen, die Tunnel werden für Autos gesperrt. Und das hat fatale Folgen. Manche Support-Teams sind schon durch, meines steckt im Stau. Andere Wettkämpfer erhalten Verpflegung und warme Klamotten, ich fahre weiter. Km 30, Km 40 – noch nichts von meinen Jungs zu sehen. Ich bin fast oben, es wird neblig, fängt an zu regnen. Langsam geht mir meine Notverpflegung aus. Auf dem Gipfelpass fahren die Radler rechts ran und lassen sich versorgen. Ich radle weiter. Der Regen ist noch stärker geworden. Ich zittere und kann kaum noch den Triathlon-Lenker halten. Die Luft hat nur noch vier Grad. Ich habe noch einen Riegel und etwas Gel in der Flasche. Mittlerweile bin ich bei Kilometer 60. Langsam



Schwimmen im kalten Fjord



No-Drafting Rennen :)



müssten sie mal kommen, sonst habe ich ein Problem. Und endlich: Mein Support überholt mich, fährt rechts ran und es gibt den ersten Halt. Wie bei einem Formel-1-Boxenstopp bin ich von Helfern umringt. Es gibt neue Trinkflaschen, eine Banane, Maik hilft mir, die Beinlinge anzuziehen, Martin hält die Regenjacke, während Tobi mich mit einem Handtuch abrubbelt. Gestärkt und in warmen, trockenen Klamotten geht es weiter. Bis zum Ende der Radstecke

camp, bei der Startnummernausgabe oder im Café gab es nur ein Thema. Alle wollen das schwarze Finisher-T-Shirt haben. Das bekommen aber nur die Triathletinnen und Triathleten, die es auf den Gipfel des Gaustatoppen geschafft haben. Nur 160 Starter werden hochgelassen und es gibt eine Cut-Off-Zeit bei der 32,5 km-Marke. Mein Team beruhigt mich. „Du liegst gut laut Live-Tracking“, höre ich. Nach 25 km kommt der Berg der Entscheidung. Es geht



Den Gipfel hoch

machen wir regelmäßige Verpflegungsstopps. Ab jetzt funktioniert alles super. Die Radstrecke hat insgesamt 3.500 Höhenmeter. Es regnet wieder und windet sehr stark – leider meistens von vorne. Ich fahre mein Tempo, überzocke nicht und habe dann auch den letzten Pass geschafft. Jetzt geht es runter ins Tal zu den Laufschuhen. Hier wartet Martin schon. Ich ziehe mich komplett um. Es tut gut, trockene Sachen anzuhaben. Die Laufstrecke führt zunächst auf einer Landstraße zurück in die Berge. Es ist wellig, aber nicht steil. Wir müssen auf der linken Straßenseite laufen, weil Autos unterwegs sind, die einem entgegen kommen. Mein Support-Team und ich machen alle zwei Kilometer einen Verpflegungsstopp. Ich spüre meine Oberschenkel. Nach und nach kommen Athleten von hinten, die mich überholen. Langsam wird mir mulmig. In den Tagen vor dem Start im Tri-



Ziel erreicht

von der Landstraße links weg zum Zombie-Hill – einer steilen asphaltierten Passstraße mit unzähligen Kehren. Ich versuche gar nicht zu joggen, sondern fange an zu gehen – wie alle anderen vor oder hinter mir. Mittlerweile sind auch Martin, Tobi und Maik dabei, denn die Supporter dürfen jetzt dabei sein. Gels und Cola gibt es aus dem Rucksack. Es ist anstrengend. Zwölf Stunden Wettkampf liegen hinter mir – und die Luft wird dünner. Nicht nur, weil es nach oben geht. Wir rechnen, ob ich die Cut-Off-Zeit schaffe. Müsste eigentlich klappen. Ich versuche, etwas schneller zu machen. Wir können einige vor uns überholen. Und jetzt läuft es, wir passieren die 32,5 km-Marke, erreichen schließlich den berühmten Kilometer 37,5. Hier geht es auf den Gipfel. Ich bin dabei, ich darf hoch. Wir klatschen uns ab, die Freude ist groß. Eine kleine Fotodokumen-



tation. Ein Racemarshall kontrolliert den vorgeschriebenen Rucksack mit warmen Klamotten, Verpflegung, Taschenlampe und Handy, den jeder Athlet aus Sicherheitsgründen mithochnehmen muss. Es regnet nicht mehr, es ist neblig. Wir müssen über Stock und Stein nach oben. Wettkampfdauer mittlerweile 14 Stunden. Einen richtigen Weg gibt es nicht. Es ist höllisch anstrengend mit der belasteten Beinmuskulatur über die steilen Felsen zu balancieren. Jetzt bloß nicht umknicken. Und im Nebel ist jetzt die Bergstation zu sehen. Noch einige Treppen – und es ist geschafft. Ich bin im Ziel des Norseman nach 15:14 Stunden und im Besitz eines schwarzen Finisher-T-Shirts.

Fazit: Die Strapazen haben sich gelohnt. Der Norseman ist ein außergewöhnlicher Triathlon in einer traumhaften Landschaft. Die Organisatoren haben mit ihrer Definition recht: „It’s not a competition, it’s an experience.“ Wer starten will, benötigt aber



Stolzer Besitzer des schwarzen T-Shirts.

zunächst Losglück. Denn die Nachfrage ist so groß, dass die Startplätze verlost werden. Und die Startliste des Norseman heißt auch nicht einfach Startliste, sondern: „Who will jump in?“

Mein Dank gilt meinem Support-Team Martin Fleischhauer, Tobi Zöllner und Maik Diergardt, die mich großartig unterstützt haben.

GERT BLUMENSTOCK



Die Support-Crew um Gert.



## 39. Darmstädter Stadtlauf

Pünktlich zum traditionellen Stadtlauf durch Darmstadts Innenstadt wurde das Wetter endlich schön und sonnig, sodass wie jedes Jahr auch unsere DSW'ler durchaus mit der Hitze zu kämpfen hatten. Im wohl spannendsten Rennen der Masters lieferten sich vier starke Herren einen erbarmungslosen Kampf bis zum Zielsprint, Rolf Ciesielski wurde am Ende sehr guter zweiter!

Auch bei den Frauen war der DSW vorne vertreten. Die Französin Fannie Le Floch,

die derzeit ein Praktikum in Darmstadt absolviert und dienstags im Lauftraining unter Petra's Fittiche genommen wird, gewann die Women's Challenge! Dahinter konnten Lucie Kammer die U18-Wertung und Maren Grimm die Masterwertung für sich entscheiden.

Den Anfang hatten zahlreiche Nachwuchsathleten in den Schülerläufen gemacht, nachfolgend alle detaillierten Ergebnisse:

### Bambinilauf:

4.	Luis Herr	5:45,7
89.	Marlon Sämmler	7:46,9

### Schüler 2:

14.	Linus Tom Forschler	7:28,1
17.	Constantin Brussig	7:36,7
69.	Anton Beck	8:52,0

### Schüler 1:

1.	Finja Schierl	6:38,5
6.	Anuschka Knoblauch	7:36,5
9.	Maja Kaltepoth	7:50,4
16.	Jule Keim	8:22,5
2.	Luca Schmitt	6:05,3
5.	Frederic Brussig	6:30,7
8.	Vincent Elias Keller	6:43,6
9.	Philip Eichfelder	6:50,8
11.	Diego Martí López	6:55,6
17.	Sebastiano Lanucara	7:10,4
42.	Jakob Eichfelder	8:06,2
69.	Nils Leisurs	9:09,2

### Women's Challenge:

1.	Fannie Le Floch	18:33,7
5.	Lucie Kammer	19:43,7
6.	Maren Grimm	20:08,2

27.	Franziska Mederer	22:31,9
32.	Paula Leisurs	22:50,7
35.	Henriette Meyer	23:09,0
41.	Isabell Schmitt	23:32,8
64.	Anne Hauck	24:47,2
66.	Susanne Freytag	24:57,3
78.	Anna Aldick	25:46,1
125.	Mia Leder	27:49,5

### Men's Challenge:

8.	Christian Mokros	17:02,0
9.	Nicolas Beck	17:03,3
11.	Thomas Pignede	17:10,8
19.	Sascha Petermann	17:43,2
29.	Julius Gatermann	18:13,2
33.	Hannes Meister	19:44,3
60.	Frank Brussig	19:44,3
61.	Tim Kötting	19:45,0
85.	Steven Zimmermann	20:42,4

### Master's Challenge:

2.	Rolf Ciesielski	16:46,6
8.	Stefan Schütz	17:27,2
22.	Martin Fleischhauer	18:35,8
56.	Thomas Knibbe	20:24,6
68.	Lukas Baumgartner	20:50,1
123.	Christian Lipphardt	22:18,9



## Zwölfter Merck Heinerman Triathlon

27.06.2016 – Beim Merck Heinerman, dem Heimrennen der südhessischen Triathlonprofis, hat Paul Schuster (TuS Griesheim) am Sonntag, den 26.6 seinen Triumph vom Vorjahr wiederholt. Dabei war es zum erwarteten Zweikampf mit Sean Donnelly (DSW Darmstadt) gekommen, nachdem beide zusammen den 1,5 Kilometer langen Schwimmparcours im Darmstädter Woog hinter sich gebracht hatten. „Wir sind zusammen sehr hart gefahren, es war definitiv kein Bummelrennen“, resümierte Paul die vierzig Kilometer auf dem Rad. Der Favorit stürmte dann als erster aus der Wechselzone, biss sich bis Laufkilometer sieben an der Belastungsgrenze durch und ließ es erst für die letzten drei Kilometer etwas ruhiger angehen. Nach 1:56:22 Stunden lief er auf der Woogswiese ein und bedankte sich beim Konkurrenten für das Rennen: „Ich bin dankbar, dass Sean dabei war.“

Der Start von Sean war nämlich im Vorfeld gefährdet: Bei einer Vorbelastung am Samstag war unser Langdistanz-Profi von einem Auto angefahren worden. „Der Schmerz hat progressiv zugenommen“, stöhnte der Zweitplatzierte im Ziel. Mit verletztem Ellenbogen stützte er sich auf den Auflieger des Triathlonlenkers, beim Laufen schmerzte die Hüfte. Doch die Freude aufs Heimrennen wog letztendlich schwerer: „Ich bin happy, dass ich am Ende doch mitmachen konnte und freue mich für Paul.“ Rang drei ging an Moritz Blyemehl vom DSW Darmstadt, der in 2:04:14 Stunden nur

knapp zwei Minuten hinter Sean blieb. Mit Reinhard Becker, Udo Weinmann und Matthias Stücher gingen die Plätze vier bis sechs ebenfalls an Triathleten unseres Vereins.

Bei den Frauen gab es eine Überraschung, auch für die Siegerin. Sandra Hornig (TV Groß-Zimmern) lief nach 2:28:10 Stunden ein, mit einer Zeit von 2:30:34 Stunden war die zweitschnellste Frau durchaus in Schlagdistanz. Unsere Ernährungsexpertin Katrin Stücher lieferte zwar die beste Laufzeit des Tages, konnte Hornig aber letztendlich nicht mehr gefährdet. Mit dem Ergebnis war die Athletin des DSW Darmstadt dennoch höchst zufrieden, für sie war es die erste Olympische Distanz überhaupt. „Im letzten Jahr habe ich mit einem Fitnesstriathlon angefangen, da hätte ich mit dieser Platzierung nicht gerechnet.“ Am Beginn des Laufkurses realisierte sie dann die Ausgangslage und verteidigte ihre Position. Mit Milena Sämmler platzierte sich eine weitere Teamkollegin nur knapp dahinter, Rang vier ging an Franziska Mederer (ebenfalls DSW).

In der Altersklasse war der Heinerman auch wieder der Saisonhöhepunkt der Traditionalisten. Starter wie Achim Hundsdorf, Wolfgang Riegel oder Wolfgang Pohl sind seit Jahrzehnten dabei, viele Teilnehmer haben bereits den Heinerfest-Triathlon, den Vorgänger des Heinerman absolviert. In diesem Jahr durften sich gut dreihundert Sportler in die Finisher-Listen eintragen, darunter nachfolgend zahlreiche Athleten des Triathlon Team DSW Darmstadt:

2.	Katrin Stücher	2:30:34	24.	Ralf Schilke	2:21:04
3.	Milena Sämmler	2:31:41	27.	Achim Hundsdorf	2:22:05
4.	Franziska Mederer	2:32:52	34.	Christoph Schwarz	2:25:37
26.	Anne Hauck	3:00:12	45.	Gert Blumenstock	2:28:45
2.	Sean Donnelly	2:02:30	57.	Hendrik Friedrichs	2:31:43
3.	Moritz Blyemehl	2:04:15	76.	Rolf Ciesielski	2:35:19
4.	Reinhard Becker	2:07:41	137.	Daniel Bojarski	2:45:59
5.	Udo Weinmann	2:08:12	148.	Dietrich Beck	2:47:56
6.	Matthias Stücher	2:11:47	191.	Lothar Rößling	2:53:12
16.	Christian Mokros	2:18:04	307.	Naci Kalyoncu	3:30:13
18.	Hannes Meister	2:18:40			



# Sieg für Patrick Lange beim HeidelbergMan

03.08.2016 – Patrick gewinnt zum dritten Mal den Klassiker des Rhein-Neckar-Cups, hier sein Rennbericht:

Am Sonntag stand für mich der „Heartbreak-Triathlon“ in Heidelberg auf dem Programm. Im letzten Jahr musste ich mich bei diesem Wettkampf, den ich zu meinen absoluten Lieblingsrennen zähle, Florian Angert geschlagen geben und verpasste das Siegtriple nach 2013 und 2014. Dementsprechend motiviert war ich, diese Scharte



Lauf auf dem Philosophenweg.

Rückstand beim Radaufstieg „nur“ 40 Sekunden betrug, packte mich das Jagdfieber umso mehr. Ich stieg als Zweiter aufs Rad.

Auf dem Rad gilt es zweimal den Königsstuhl zu bezwingen und auf einer Strecke von 35 km eine Höhendifferenz von 850 Höhenmetern zu überwinden – das Herzstück des Rennens. Hier fackelte ich



Schwimmen im Neckar.

nun auszuwetzen. Das direkte Duell mit dem Vorjahressieger motivierte mich zusätzlich.

In den letzten Wochen seit meinem Ironmansieg habe ich mich voll und ganz auf die Regeneration und den Neuaufbau hinsichtlich des Ironman Hawaii konzentriert. Auch deshalb wurde es nun Zeit „mal wieder die Sau rauszulassen“. Die Situation, in diesem Jahr weniger oft an der Startlinie zu stehen, schärfte meine Sinne umso mehr. Ich war bereit.

Um 9:30 fiel der Startschuss im Neckar. Wir schwammen 1,6 km flussabwärts. Das Schwimmen sollte den Knackpunkt des Wettkampfes bilden. Es galt, nicht zu viel Zeit auf Florian Angert, den ehemaligen Leistungsschwimmer zu verlieren. Ich rechnete mit 60-90 Sekunden. Als der



Anstieg zum Königsstuhl: Vollgas!

nicht lange und wechselte sofort in den „Angriffsmodus“!

Als wir die Altstadt passiert hatten und der erste Anstieg zum Königsstuhl zu bewältigen war, war der Rückstand schon auf 20 sek geschrumpft. Bald sah und überholte ich den Vorjahressieger und konnte mich immer mehr absetzen.



In den Abfahrten ging ich nicht volles Risiko um das Projekt „Hawaii“ nicht zu gefährden. Dennoch erreichte ich in einer Abfahrt eine maximale Geschwindigkeit von über 90 Stundenkilometer. Ich kämpfte und konnte mich immer mehr absetzen. In der Wechselzone an den Neckarwiesen war der Vorsprung auf 1:30 min angestiegen. Ich hatte auf der Radstrecke ein Ausrufezeichen gesetzt und war knapp drei Minuten schneller als letztes Jahr unterwegs.

Beim abschließenden 10 km Lauf galt es, den Druck weiterhin hochzuhalten, denn auf einer solch harten Laufstrecke, den Philosophenweg empör, weiß man nie,

was passiert. Mit drei Minuten Vorsprung wurde ich im Ziel nach 1:56:59 von einem großen Publikum herzlich empfangen, was immer wieder eine besondere Atmosphäre in Heidelberg schafft und das Rennen so besonders macht.

Nun darf ich mich, neben Sebastian Kienle, Dreifachsieger des Heidelbergman nennen.

In zwei Wochen steht die 70.3 Europa-meisterschaft in Wiesbaden an. Mit einem weiteren Sieg im Gepäck, freue ich mich auf ein hartes Kräftemessen in der Landeshauptstadt.

Viele Grüße, Euer Patrick



Vom Heidelberger Publikum herzlich empfangen und im Ziel.



## IM 70.3 Wiesbaden – Patrick Lange hervorragender vierter

16.08.2016 – Auch wenn es am Ende “nur” für die undankbare Holzmedaille reichte, unser Langdistanz-Profi Patrick Lange zeigte sich äußerst zufrieden mit seinem Rennen bei den Ironman 70.3 European Championship in Wiesbaden und sieht sich auf einem sehr guten Weg im Hinblick auf die Ironman WM auf Hawaii:

“In einem harten Rennen habe ich heute abgerufen, was im Tank war. Deshalb bin ich zufrieden, die Vorbereitung Richtung

Kona scheint zu stimmen.” ... und die Socken waren mit Abstand die schönsten!



## Dritter Rang für Sean Donnelly beim IM 70.3 Gdynia

08.08.2016 – Über die Mitteldistanz meldete sich unser Langdistanz-Profi Sean Donnelly eindrucksvoll auf der internatio-



Sean Donnelly (zweiter von rechts)

nenen Bühne zurück. Beim Herbalife Ironman 70.3 Gdynia in Polen war er schnellster im Wasser, stieg als erster vom Rad und führte das Rennen bis zu Kilometer 10 der Laufstrecke. Die “Überläufer” Ivan Tutukin und Daniil Sapunov musste er zwar noch vorbeiziehen lassen, Sean konnte aber die Podiumsplatzierung souverän bis ins Ziel verteidigen, das er nach 3:58:45 sehr zufrieden erreichte.

Lieber Sean, es freut uns sehr wie Du Dich mit Spaß wieder in Richtung Spitze zurückgekämpft hast, weiter so!

## RömerMan in Ladenburg

28.07.2016 – Bereits am Samstag war Bundesliga-Athlet Steffen Kundel vergangenes Wochenende schon im Einsatz gewesen: beim traditionsreichen RömerMan in Ladenburg belegte er in einem unglaublich starken Teilnehmerfeld in 2:12:24 Platz 8. Das Schwimmen im Neckar gefiel ihm offensichtlich so gut dass er am nächsten Tag gleich nochmal für die 2. Bundesliga in Tübingen ins Wasser sprang, wo er trotz der Ermüdung vom Vortag guter 21. wurde.

Äußerst zufrieden mit ihrer Leistung in

Ladenburg zeigten sich Katrin und Matthias, besser bekannt als Karl und Karla Stücher. Matze wurde 18. in 2:16:52, Katrin erreichte als 8. nach 2:36:46 das Ziel. Wir wünschen den beiden für morgen eine schöne Hochzeitsfeier und alles Gute auf dem weiteren gemeinsamen Lebensweg, auch abseits des Triathlonzirkus!

Ebenfalls vom DSW beim RömerMan am Start war Hannes Meister, dessen Formkurve weiter steil nach oben zeigt – seine 2:24:35 reichten für Rang 36.



## Lisa Tertsch wird Deutsche Juniorenmeisterin

Bei der Nachwuchs-DM in Nürnberg ging die Goldmedaille zum ersten Mal an Lisa Tertsch, die nach 1:01:44 als erste die Zielinie überquerte. Lisa konnte sich beim abschließenden Laufen entscheidend von ihrer Dauerrivalin Lena Meißner (Neubrandenburg) absetzen und gewann überlegen mit fast 30 Sekunden Vorsprung den Titel.

Herzlichen Glückwunsch liebe Lisa für ein erneutes überragendes Rennen!

Eine weitere Podiumsplatzierung für das Triathlon Team DSW Darmstadt gab es für Lucie Kammer, die als starke neunte in 1:05:48 zusammen mit Annika Koch (Rang 3, TuS Griesheim) und Emma Graf (Rang 14, MTV Kronberg) für den Hessischen Triathlon Verband den dritten Platz in der Mannschaftswertung Jugend-A holten.

In der Einzelwertung gelang Lucie damit zum ersten Mal eine Top-10 Platzierung auf nationaler Ebene! Außerdem Gratulation an alle nachfolgenden DSW'ler für ihre gezeigten guten Leistungen beim Höhepunkt der Saison:

### Jugend A männlich:

32. Michael Helis 1:00:46

50. Nicolas Beck 1:05:01

### Jugend B weiblich:

33. Finja Schierl 0:36:04

### Jugend B männlich:

45. Robin Schüssler 0:35:01

53. Frederic Brussig 0:36:40

## “Geil war’s” – Lisa Tertsch über ihr WTS-Debüt in Hamburg

Zum erstem Mal durfte sich Youngster Lisa Tertsch mit den ganz großen des Triathlonsports über die Sprintdistanz bei der World Triathlon Series messen. Die erst 17-Jährige belegte dabei Platz 52 und freute sich im Ziel über das harte, aber erfahrungsreiche Rennen in Hamburg.

Mit der dritten großen Gruppe ging es für Lisa auf das Rad. Auf den engen Stadtkurs fuhr sie zusammen mit den deutschen Starterinnen Rebecca Robisch, Hanna Philippin

und Sophia Saller “das härteste Radfahren” ihrer bisherigen Karriere. „Das war voll geil“, jubelte sie dennoch nach dem Zieleinlauf. Zwar habe sie eine große Gruppe ziehen lassen müssen, zeigte sich aber nach dem Rennen zufrieden. „Trotzdem bin ich super glücklich, bei diesem tollen Rennen am Start gestanden zu haben“, so unsere DSW'lerin.

Chapeau liebe Lisa, und für den restlichen Saisonverlauf wünschen wir Dir weiterhin so viel Spaß bei Deinen Erfolgen!

## Zweiter Durchgang in der Hessenliga

Am 17.Juli stellten wir uns mit vier Teams wieder der Aufgabe Hessenliga. Diesmal beim Celticman in Borken, hier musste zuerst ein Swim&Run über 500m Schwimmen und 2,5km Laufen absolviert werden. Etwa eine Stunde später ging es dann wieder an den Start, diesmal ein Sprint-Triathlon, also endlich mit Rad.

Nachdem das Team der ersten Damenliga schon im Swim&Run ihre Dominanz und Siegesabsichten klarstellen konnte, waren unsere Podiumshoffnungen dagegen mit einem lediglichen 6. Platz nach dem Swim&Run verfliegen. Tapfer schlugen sich auch die Teams der 2. Hessenliga mit dem 5. Rang bei den Damen und dem 9.



bei den Herren. Doch die leicht ernüchternden Ergebnisse sollten uns dennoch nicht entmutigen, so kündigte Daniel Pitlich in der Pause eine Runde Rad „el spezial“ an. Gesagt getan, heizten davon inspiriert Matthias Stücher und Felix Kirmaier (3. schnellste Radzeit) über die Radstrecke.

Geführt von unserem Altmeister Udo Weinmann retteten wir uns zu unserer Ver-

wunderung doch noch auf den gesamt dritten Rang. Auch das Team der 2. Damenliga ließ sich davon wohl inspirieren und fuhr auf einen vierten Platz vor. Gegen unsere 1. Liga Damen war wieder mal kein Kraut gewachsen, erste im Swim&Run und erste im Sprint-Triathlon, eine klare Ansage. Mit einer soliden Mannschaftsleistung sicherte sich das Team der 2. Hesselnga Herren Platz 10.

## Nicole Best wird Deutsche AK-Meisterin auf der Sprint-Distanz

Im Rahmen des T3-Triathlon in Düsseldorf wurden am vergangenen Sonntag neben der Bundesliga auch die deutschen Altersklassen-Meisterschaften über die Sprint-Distanz ausgetragen. Bei super Wetter und besten Bedingungen konnte sich Nicole Best souverän gegenüber der Konkurrenz behaupten und in 1:11:14 den Titel für sich entscheiden! Das Schwimmen im Düsseldorfer Hafen sowie die kurvige Radstrecke über mehrere Brücken der Innenstadt hat ihr offensichtlich gut gelegen :-)

Als ersten Preis hat Nicole einen Freistart für die im nächsten Jahr dort stattfindende EM gewonnen. Ob sie auch den Start der Tour-de-France wahrnimmt, die auf der gleichen Strecke beginnen wird, muss sich noch zeigen.

Am Donnerstag, 23.6 hatte Nicole übrigens noch schnell die Frauenwertung beim Firmenlauf in Groß-Gerau gewonnen (5km in 19:34). Außerdem siegte sie zwei Wochen zuvor in 2:21:39 über die olympische Distanz beim Windsor Triathlon in England.

## Rang neun für Tony Dodds beim dritten Durchgang in der Triathlonbundesliga

Beim DSW Darmstadt war zum dritten Bundesligarennen in Düsseldorf das gesamte Team auf Rückkehrer Tony Dodds ausgerichtet, und der neuseeländische Olympia-Starter lieferte: Mit seinem neunten Platz sorgte er zum ersten Mal in dieser Saison für ein Top-Ten-Ergebnis eines DSW-Athleten! Philipp Weber (48.), Lennart Sievers (57.) sowie Luca Füller (62.) und Julius Gatermann (72.), die am Tag zuvor bereits in der zweiten Liga im Einsatz waren, sicherten dann den elften Platz. Dies war das bisher beste Saisonergebnis des DSW.

„Wir haben heute natürlich sehr von Tony profitiert – toll, dass er aus alter Verbundenheit noch einmal für uns am Start war“, freute sich der sportliche Leiter Theo Weidner. Mit nun sieben Punkten Vorsprung auf den roten Bereich dürften auch die letzten Abstiegsorgen der Darmstädter gebannt sein.

Gleichzeitig wurden in Düsseldorf im Rahmen der Bundesliga die deutschen Meisterschaften über die Sprintdistanz ausgetragen. Lisa Tertsch konnte als siebte nicht ganz vorne angreifen, Nicole Best gewann den Meistertitel in der F45.



# Ironman Frankfurt: Daniela Sämmler wird dritte!

Trotz einer nicht optimalen Saison-Vorbereitung hat sich Daniela Sämmler gestern ihren Traum von der Hawaii-Quali erfüllt. Nach dem Schwimmen im kühlen Wasser noch auf Platz fünf, dank einer überzeugenden Radleistung auf Rang zwei vorgefahren und beim abschließenden Marathon nach anfänglichen Schwierigkeiten wieder gefangen und super gekämpft, sodass sie nach 9:13:23 Stunden die Zielline überquerte und mit der Podiumplatzierung genügend Punkte für Kona gesammelt hat. Außerdem wurde Danni Deutsche Vize-Meisterin auf der Langdistanz!

Vom DSW wird Oliver El Borgi ebenfalls auf Hawaii am Start sein, der gestern

56. seiner Altersklasse in 10:27:03 wurde und sich über das Ironman Veteranen-Programm das Ticket sicherte! Die weiteren Ergebnisse unserer DSW'ler:

<b>Birgit Adler,</b>	<b>11:55:59, 13. AK</b>
<b>Martin Fleischhauer,</b>	<b>10:26:15, 140. AK</b>
<b>Benedikt Heckmann,</b>	<b>10:35:55, 145. AK</b>
<b>Achim Hundsdorf,</b>	<b>10:32:53, 20. AK</b>
<b>Dirk Littig,</b>	<b>10:46:30, 147. AK</b>
<b>Markus Lohnes,</b>	<b>10:17:12, 76. AK</b>
<b>Tobias Zöller,</b>	<b>9:58:33, 42. AK</b>

Glückwunsch und Gratulation allen Finisher für Eure Leistung, erholt Euch gut und feiert ein bisschen...

ANZEIGE

**physioMENTAL -  
Praxiseröffnung in Mühlthal**

Neue Kurse ab Oktober und November 2015

Motivationstraining | Sporthypnose | Life-Kinetik® | Stressbewältigung durch Entspannung | Mentales Gesundheitstraining für Krebskranke und chronisch Kranke | Spezialkurse für Diabetiker | Sporternährungsberatung u. a.

Sportmentaltraining      Entspannungstraining

Gesundheitstraining      Infovortrag  
02.10.15  
18.00 - 19.30 Uhr

> Programme kennenlernen  
> Praxis anschauen

Alexandra Albert | Fliednerweg 7 | 64367 Mühlthal | [www.physiomental-training.de](http://www.physiomental-training.de)





Welches Ziel Sie auch anstreben:  
Starten Sie gleich zu uns.



Wir haben seit Generationen nur ein Ziel: die Versorgung unserer Privat- und Firmenkunden mit allen fortschrittlichen Finanzdienstleistungen. So holen wir auch für Sie manchen Vorsprung heraus. Wir räumen mögliche Hindernisse aus dem Weg und sorgen bei Bedarf für eine bessere finanzielle Kondition. Kommen Sie schnell zu uns. Dann unternehmen wir für Sie zielstrebig die richtigen Schritte! **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**



## Kreis der Förderer des Schwimmsports

Auch in der heutigen, wirtschaftlich sehr schwierigen Zeit gibt es immer noch eine ganze Reihe von Personen und Unternehmen, die ihr „Herz für den Sport“ und insbesondere den Schwimmsport noch nicht verloren und erkannt haben, dass soziales Engagement in einem erfolgreichen Traditionsverein, wie ihn der DSW 1912 Darmstadt darstellt, lohnend ist.

Das beste Beispiel hierfür stellt ein Kreis von Förderern dar, der sich gebildet hat, um die Schwimmabteilung finanziell und materiell tatkräftig zu unterstützen, und somit dazu beiträgt, dass die vielfältigen und natürlich kostenintensiven Aufgaben bewältigt werden können.

Dieses Engagement weiß die Schwimmabteilung sehr wohl zu würdigen, zumal es unseren sowohl im Spitzenleistungs- als auch im Nachwuchsbereich erfolgreichen Schwimmern ermöglicht, stets beste Trainingsbedingungen zu erhalten. Daher wird der Kontakt der Schwimmabteilung zu diesen Förderern und natürlich der Kontakt der Förderer untereinander in Zukunft ein zentrales Thema der Vorstandsarbeit sein. Die Schwimmabteilung bedankt sich an dieser Stelle bei den nachstehenden Förderern nochmals auf das herzlichste für die Unterstützung und das gezeigte außergewöhnliche Engagement.

- B&W Kopiertechnik Service & Vertriebs GmbH, Darmstadt
- Darmstädter Brauerei
- Darmstädter ECHO
- DATRON AG, Mühltal
- Entega, Darmstadt
- Merck KGaA, Darmstadt
- Rosbacher, Bad Vilbel
- Sparkasse Darmstadt
- STEMAK Energiesparhaus Weiterstadt
- Unger Ingenieure, Darmstadt
- VOLKSBANK Darmstadt-Südhessen eG

Natürlich steht der Kreis der Förderer jedem offen, der uns unterstützen möchte. Wir sind gemeinnützig und können Ihnen eine Spendenbescheinigung zukommen lassen.

Für weitere Auskünfte steht Ihnen die Geschäftsstelle des DSW,  
Tel. (06151) 71 30 77 gerne zur Verfügung.

## WVD Damen sind erneut Süddeutsche Meisterinnen



Die Spielerinnen von oben links nach unten rechts: Ruth Wörtche, Maren Laux, Rieke Schneider, Lydia Spross, Jasmin Andrae, Maren Schneider, Tamara Kracke, Sabine, Isabel Andrae, Fabienne Andrae, Ann-Katrin Schmidt, Nadine Andrae, Maren Hinz, Irem Dere, Leonie Brunnert. Ebenso Anteil an der Meisterschaft hatten Meike Weber, Rita Farkas und Carola Rohrbach.

Darmstadt, 17. Juli 2016. Im entscheidenden Spiel um die Süddeutsche Meisterschaft konnten die Titelverteidigerinnen aus Darmstadt am Samstag im DSW-Freibad die Mannschaft aus Heidelberg souverän mit 12:4 besiegen und wurden mit drei Punkten Vorsprung Süddeutscher Meister.

Gegenüber der knappen Pokalfinalniederlage vom letzten Wochenende gegen den gleichen Gegner waren diesmal mit Jasmin Andrae, Isabel Andrae und Fabienne Andrae gleich drei wichtige, wieder

genesene Spielerinnen mit dabei. Heidelberg trat ebenfalls verstärkt gegenüber dem Pokalfinale mit dem starken Neuzugang Lara Kostraba aus den USA an.

Darmstadt, gut eingestellt durch die Trainer Michael Behrens und Jürgen Andrae, konnte von Beginn an Dominanz entwickeln. Allerdings mangelte es beim Torabschluss an Präzision. Lediglich Center Ann-Katrin Schmidt konnte ein Tor zur Führung erzielen, das postwendend durch Heidelberg wieder zum Viertelendstand 1:1

ausgeglichen wurde. Auch das zweite Viertel verlief spannend und endete nach 4 Toren von Nadine Andrae zu einem von den zahlreichen Zuschauern bejubelten 5:4 Halbzeitstand für die Darmstädterinnen.

In der zweiten Hälfte sollte es noch besser kommen. Die überragende Verteidigung der Darmstädterinnen, vor den starken Darmstädter Torfrauen Maren Laux und Irem Dere und um die beiden klug spielenden Centerverteidigerinnen Fabienne Andrae und Lydia Sproß, ließ kein weiteres Tor der Heidelbergerinnen mehr zu. Dadurch konnten die wichtigsten Heidelberger Angreiferinnen durch Pressspiel und geschickte gegenseitige Unterstützung ausgeschaltet werden. Maßgeblich beteiligt an der famosen Abwehrleistung war insbesondere auch Maren Hinz, die gemeinsam

mit Nadine Andrae, es immer wieder schaffte, bei Unterzahl und Kontern den starken Neuzugang Kostraba entscheidend zu stören oder zum Abspiel zu zwingen und dann selbst entscheidende Konter zu initiieren. Die WVD-Damen schossen noch sieben weitere Tore durch Fabienne Andrae, Lydia Sproß, Isabel Andrae, Nadine Andrae und Jasmin Andrae zum überraschend deutlichen und vom Publikum gefeierten 12:4 Sieg zur erneuten Süddeutschen Meisterschaft.

Es spielten im Tor: Irem Dere und Maren Laux, im Feld: Rieke Schneider, Nadine Andrae (5), Leonie Brunnert (1), Fabienne Andrae (1), Maren Hinz, Lydia Sproß (3), Maren Schneider, Jasmin Andrae (1), Isabel Andrae (1), AnnKa Schmidt.

JÜRGEN ANDRAE

## Darmstädter U13 holt Bronze bei den Süddeutschen Meisterschaften

Vorrunde der Deutschen Meisterschaft am 1./2. Oktober in Darmstadt



U13-Kapitän Nikolas Diehl





Das U-13-Team (Tore im Turnier): Hinten v.l.: Nikolas Diehl (18), Daniel Schweinfurth (2), Fynn Klaffe, Josephine Stelter (2), Maria Wallerer, Dennis Ntampakis (17), Henning Spandick (24), Jugendtrainer Markus Rieken. Vorne: Tom L. Siegenbruk (5), Clemens Scheufler (Torwart), Niklas Hölscher, Frederick Britz, Phillip Riefling, Liam Karaca, Jeronimo Gutierrez, Chiara Geraci.

Darmstadt, 11. Juli 2016. Die Darmstädter Wasserballjugend ist weiter auf Erfolgskurs. Die U13 errang bei den Süddeutschen Meisterschaften am Wochenende in Stuttgart einen sensationellen dritten Platz. Das ist einer der größten Vereinserfolge der letzten Jahrzehnte und Ergebnis einer engagierten Jugendarbeit.

In der Vorrunde trafen die Darmstädter, immerhin Hessenmeister auf den Zweiten der Baden-Württemberger U13-Runde, SSV Esslingen II und siegten zur Überraschung der Gastgeber aus dem Ländle mit 16:10. Schon zur Halbzeit lagen die Darmstädter mit 7:2 vorne und ließen sich das Spiel nicht mehr nehmen. Bemerkenswert ist, dass die Darmstädter bereits um 6 Uhr losfahren mussten, und sich gegen die Heimmannschaft aber aus deutlich ausgeschlafener präsentierte.

Danach ging es gegen den bayerischen

Meister aus Weiden. Es zeigte sich, dass der SV Weiden stark von der Leistung nur zweier Spieler abhängt. Diese beiden wurden von Nikolas und Tom eng bewacht und erheblich in ihrer Wirkung eingeschränkt. Da das Darmstädter Team insgesamt ausgeglichener besetzt war, konnten Henning und Dennis die nötigen Tore für Darmstadt werfen. Auch Nikolas steuerte trotz Sonderrolle noch fünf Treffer bei. Und im Tor zeigte sich Clemens wie im ganzen Turnier als famoser Rückhalt. Am Ende zeigte sich auch die konditionelle Überlegenheit der WVD-Kids, sodass sie einen sicheren 14:7 Sieg einfahren konnten.

Am späten Abend um 20:50 Uhr hatte der WVD sein drittes Vorrundenspiel gegen den 1. FC Nürnberg. Dies war das vermeintlich leichteste Spiel der Vorrunde und die Kids führten zur Halbzeit mit 8:4. Leider verlor der WVD aber aufgrund der

strengen Regelauslegung mit Henning und Tom zwei Leistungsträger durch Hinausstellung. Aber auch die Ersatzleute machten ihre Sache sehr gut und ließen nichts anbrennen. Beim letzten Tor gelang Nikolas aus schlechtem Winkel sogar noch ein sehenswerter Rückhandtreffer. Der Sieg mit 15:9 bedeutete den Gruppensieg und natürlich den Einzug ins Halbfinale.

Durch das späte Abendspiel waren die Kids noch lange aufgedreht und hatten wenig erholsamen Schlaf. Vielleicht ist das die Erklärung, warum sie im Halbfinale offensichtlich nervös agierten und nur wenige gute Pässe ankamen. Leistungsmäßig konnten sie mit dem 1. BSC Pforzheim mithalten, gewannen aber nur das erste Viertel. Das Spiel blieb knapp bis kurz vor Schluss, aber im Angriff versagten die Nerven. Pforzheim spielte vor dem Tor abgezockter und gewann schließlich mit 10:7.

So zog die Darmstädter U13 in das Spiel um Platz drei; erneut gegen Weiden. Hier bewährte sich wieder die Sonderbewachung zweier Spieler und die insgesamt gute Mannschaftsleistung. Schnelle Konter durch Henning, Dennis und Tom schafften eine schnelle Führung. Der WVD geriet nie in Rückstand und ließ sich auch durch ein verlorenes zweites Viertel nicht aus der Ruhe bringen. Sie hatten sich nun wieder erholt und spielten ihre schwimmerische Überlegenheit aus. Josephine und Daniel trafen ebenfalls. Am Ende stand es 16:10 für Darmstadt und ein sensationeller dritter Platz einschließlich der Qualifizierung für die Deutsche Meisterschaft war erreicht. Das Team spielt damit unter den besten 16 Teams aus ganz Deutschland um die Deutsche Meisterschaft. Eines von vier Vorrundenturnieren wird am 1./2. Oktober in Darmstadt ausgetragen.

Die Süddeutschen Meisterschaften waren das bislang leistungsmäßig anspruchsvollste Turnier, an dem die jetzige U13 teilgenommen hat. Alle Gegner erwie-

sen sich als schwimmerisch, wurftechnisch und taktisch hervorragend ausgebildet und verlangten den Darmstädtern alles ab. Aber die WVD-Kids ließen sich nicht beeindrucken und hielten erfolgreich dagegen. Der dritte Platz ist vollauf verdient. Auch die Darmstädter können schwimmen und werfen. Und Jugendtrainer Markus Rieken sorgte für die nötige taktische Feinabstimmung. Er stimmte die Kids präzise auf jeden Gegner ein und coachte sehr engagiert. Er sagte: „Ich weiß, dass unsere Kids gut sind, aber mit dem dritten Platz habe ich nicht gerechnet. Das war eine Superleistung unserer U13.“

Die verstärkte Darmstädter Jugendarbeit zeigt folglich Früchte und findet auch außerhalb der Grenzen Hessens Aufmerksamkeit und Anerkennung. Die U13 hat den WVD würdig vertreten und sich in einem stark besetzten Turnier erfolgreich präsentiert.

Zu loben bleibt die hervorragende Organisation des Turnieres durch den SSV Esslingen unter schwierigen Bedingungen.

### Abschlusstabelle

1. **SSV Esslingen I**
2. **1. BSC Pforzheim**
3. **WV Darmstadt 1970**
4. **SV Weiden 1921**
5. **WF Fulda**
6. **SSV Esslingen II**
7. **1. FC Nürnberg Schwimmen**
8. **SV Würzburg 05**

Das Team (Tore im Turnier in Klammern): Clemens Scheufer (Torwart), Dennis Ntampakis (17), Henning Spandick (24), Tom L. Siegenbruk (5), Nikolas Diehl (18), Daniel Schweinfurth (2), Josephine Stelter (2), Maria Wallerer, Jeronimo Gutierrez, Chiara Geraci, Fynn Klaffke, Niklas Hölscher, Philipp Riefling, Frederick Britz, Liam Karaca.

DR. MARTIN DIEHL



# WASSERSPORT

## Donaupaddelfahrt mit dem Seekajak „Amrum“

**Erster Teil:** Ulm – Bratislava (720 km) 14 Tage in 2015

**Zweiter Teil:** Fischamend – Belgrad (746 km) 14 Tage im Juli 2016

**Boot:** Seekajak Amrum 3 von Pietsch&Hansen, 5,3 m lang, 55 cm breit, 18 kg leicht, aus Carbonfaser/ Polyester, mit versenkbarer Steuerung) plus kleinem Bootswagen

**Ausrüstung:** Zelt, Schlafsack, Kocher, Wechselsachen sowie Essen und Trinken für mehrere Tage. **Übernachtung:** auf Campingplätzen, an Kanu Clubs, wild am Ufer oder auf Sandbänken

Bei der Planung des zweiten Teils war entscheidend, dass ich nicht von Belgrad 1.400 km nach Darmstadt allein zurück fahren wollte. Auch das Nachholen des Autos vom Einsatzort Bratislava zum Endpunkt Belgrad wäre nur mit einigem Zeitaufwand machbar. Drei Länder, 750 km Strecke, mindestens 12 Stunden Bahnfahrt plus die gleiche Strecke mit dem PKW zurück, Boot aufladen und dann wieder nach

Deutschland. Alles in Allem drei bis vier Tage Fahrt.

Also dachte ich über andere Möglichkeiten nach. In einem Kanublog hatte ich davon gelesen, dass Kajaks als Sportgepäck im Flugzeug aufgegeben wurden. Bei der Buchung war das Reisebüro sehr skeptisch. Aber dann kam von der Lufthansa eine schriftliche Bestätigung über ein Sportgepäck mit 530 x 60 x 40 cm Ausmaß



Seekajak „Amrum“ landet wohlbehalten in Wien.





Auf dem Weg zum Wasser.

und 20 kg Gewicht. Aufpreis am Flughafen zahlbar. (100 € pro Strecke, wie sich herausstellte). Ein weiteres Gepäckstück mit max. 32 kg Gewicht war kostenfrei zulässig. Na geht doch. Jetzt musste ich noch einen hilfsbereiten Freund finden, der mich mit Boot und Auto zum Frankfurter Flughafen und das Auto dann wieder weg bringt. Hilfreich wäre gewesen, wenn die Lufthansa vorher gesagt hätte, dass der Sperrgepackschalter Nr. 444 in Halle B am anderen Ende des Abflugbereiches zu finden ist, dann hätten wir das andere Parkhaus benutzt. So mussten wir die 500 m quer durch alle Menschen an den Abflugschaltern und unter lächelnden bis erstaunten Mienen laufen. Vielen dank an Benno, der die Schlepperei ohne Proteste mit gemacht hat. Am anderen Ende, in Wien, gaben mir die netten Paddler und Naturfreunde lange vorher per Mail die Auskunft, ich wäre zu Fuß schneller an der Donau, als sie aus der Stadt in Schwechat. Tatsächlich liegt der Flughafen direkt an

der Donau.

Das Boot kam tatsächlich kurz nach der Reisetasche aus einem „schwarzen Loch“ in der Wand im Sperrgepackbereich unbeschädigt heraus. Der zuständige Mensch versichert mir, dass es ab da bis zum Ausgang ebenerdig weiter geht, also kann ich ja auch gleich fertig packen. Ein Berg Pappe und Luftpolsterfolie blieb zurück, während ich den Anknüpfbereich mit dem Kajak auf dem Bootswagen verlasse. Auf dem Flughafenradweg ging's bis Fischamend, einem kleinen Ort an der Fischa. Zugegeben, der Weg war anstrengend, besonders die unerwartete Steigung bei über 30° im Schatten, also gefühlten 45 in der Sonnen. In Fischamend lag ein Billa direkt am Weg, wie ich bereits vorher recherchiert hatte, so dass ich alle notwendigen Lebensmittel einkaufen und auch noch verstauen konnte. Alles in allem drei Stunden nach der Landung war ich am Wasser und konnte starten. Zunächst 8 km durch den Auenwald, dann die Mündung in die



Donau. Wow, hier war ich vor ziemlich genau einem Jahr schon mal. Diesmal war die Strömung gefühlt sogar noch stärker. Bratislava kam um 18:15 in Sicht, es ist wieder ein toller Blick aus der Ferne auf die weiße Burg oben auf dem Felsen. Wie die 14tägige Reise durch Slowakei, Ungarn, Kroatien und Serbien bis Belgrad weiter ging, wird demnächst beschrieben.

Jetzt sei hier nur noch verraten, dass ich im hervorragend bewirtschafteten Nauticki Kanu Club in Belgrad (Sportboothafen) gut aufgenommen wurde. Das Zelt stand im Schatten neben dem Bootshaus, die Dusche war draußen vor dem Bootshaus. Ich hab sie nur morgens um 7:00 benutzt, um kein öffentliches Ärgernis zu erregen. Der Kellner Pjotr konnte nicht nur sehr gut englisch, bestes Jelen Pivo für umgerechnet € 1,20 zapfen sondern auch seinen Nachbarn und Taxifahrer fragen, ob er mich zum Flughafen bringen kann. So konnte ich mit dem

aus 2 Holzlatten gebastelten Gepäckträger zwei Stunden vor Abflug das Kajak zum Flughafen bringen. Meine finanzielle Aufmerksamkeit reichte für den Transport bis vor den Sperrgepäckschalter, der in einem kleineren Flughafen problemlos zu finden war. Nach einigem bürokratischen Aufwand wurde es dann gerade noch rechtzeitig im selben Flieger verladen. Bei der Rückfahrt verzichtete ich auf die Verpackung, denn woher sollte ich sie auch nehmen? Und das Boot kam trotzdem heil aus dem Ausgabeförderband in der Gepäckausgabe in Frankfurt.

Es ist also möglich das Kajak im Flieger mitzunehmen und damit die logistischen Probleme zu lösen, die im Donau-Kanuführer des DKV auf S. 386 bei km 1173 so eindrücklich beschrieben sind: „Der Rücktransport von Kunststoffbooten ab Belgrad stellt ein besonders Problem dar...“.

KAI BLANCK



Am Flughafen Belgrad.





Ankunft am Flughafen Frankfurt am Main.

# K I E S H Ü W E L F E S T 2016

## Erinnerung! Kieshüwelfest am 10. 09. 2016!

Hallo liebe Mitglieder der Wassersportabteilung,

wegen der unermüdlichen Regenfälle und dem langanhaltenden Hochwasser mussten wir ja leider das Kieshüwelfest im Juni absagen. Als Ersatztermin wurde der 10. September 2016 festgelegt. Dies wurde bereits mit der Email zur Absage und per Mundpropaganda bekannt gemacht.

Auch für den verlegten Termin benötigen wir natürlich wieder Spenden für Kuchen- und Salatbuffet. Auch für den Aufbau (09. 09. 2016 ab 17.00Uhr) und die Durchführung werden wieder Helfer benötigt.

Die Spenden- und Helferlisten vom Juni sind wieder im Bootshaus ausgehängt. Bitte korrigieren und/oder ergänzen. Dies ist auch wieder per Mail oder Anruf möglich.

Wir hoffen, dass das Wetter uns allen freundlich gesonnen ist. Essen und Trinken, Singen, Paddeln, Rudern, Gespräche mit Freunden und Kameraden und das Lagerfeuer in den Abendstunden sorgen hoffentlich für ein gelungenes Fest.

Wir freuen uns über viele, viele Gäste

Euer Vorstand



## Sommertraining vom 18. April bis zum 28. Oktober 2016

Montag	18:00 Uhr - 20:00 Uhr	Rudern im Gigboot
Dienstag	18:00 Uhr - 20:00 Uhr	Rudern für Anfänger Betreuer: Winfried Herbst
Mittwoch	17:30 Uhr	Ruder- und Paddeltreff am Altrhein
Donnerstag	18:00 Uhr - 20:00 Uhr	Rudern im Rennboot (Fortgeschrittene)
Freitag	18:00 Uhr - 20:00 Uhr	Paddeltreff für Kinder, Jugendliche und Anfänger; Betreuer: Jan Haulsen/Bent Norgaard

## Wintertraining von Oktober 2016 bis März 2017

**Montag, 19:00 - 20:30 Uhr**  
**Gymnastik/Hallentraining, Kasinohalle**  
Kontakt: Markus Haas,  
Tel. (06151) 312985

**Mittwoch, 16.45 – 17.45 Uhr**  
**Schwimmen und Eskimotieren**  
Schul- und Trainingsbad  
Kontakt: Daniela und Markus Voss,  
Tel. (06151) 400982

**Mittwoch, 20.45 – 21.45 Uhr**  
**Schwimmen und Eskimotieren**  
Schul- und Trainingsbad.  
(Ohne DSW Betreuung! Zum Eskimotieren  
bitte mit TSG oder KCD absprechen.)

**Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr**  
**Gymnastik/Hallentraining**  
Turnhalle der Ludwig-Schwamb-Schule,  
Nußbaumallee 6, 64297 Eberstadt  
Kontakt: Markus Haas,  
Tel. (06151) 312985

**Samstag, 14 Uhr**  
**Ruder- und Paddeltreff,**  
Bootshaus Erfelden

Das "Schwimmen und Eskimotieren"  
findet auch in diesem Winter im Schul-  
und Trainingsbad in der Heinrich-Fuhr-  
Str. 38 statt.

**Montag: Hallentraining** (Gymnastik,  
Kleine Spiele, Zirkeltraining), immer montags  
von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr in der  
Kasinohalle. Umziehen bereits vor 19.00  
Uhr möglich, wir wollen bitte pünktlich an-  
fangen! Bitte Gymnastik-Matten (soweit  
vorhanden) mitbringen.

**Donnerstag: Prellball** in der Turnhalle der  
Ludwig-Schwamb-Schule in Eberstadt.  
Kurze Wegbeschreibung: Südlich der Kir-  
che (im alten Eberstädter Stadtkern), über  
Ringstrasse in die Nußbaumallee, dort  
nach ca. 100 m auf der linken Seite, also  
fast am Anfang der Straße, liegt die Turn-  
halle vor der Schule/Hauptgebäude mit  
einem separaten Eingang; Parken vor der  
Schule in der Nußbaumallee leicht mög-  
lich; Duschen etc. vorhanden. Angespro-  
chen sind alle Wassersportler, die etwas für  
ihre Fitness während der Winterzeit tun  
wollen!

**In den Hallen bitte nur Hallenturnschuhe,  
keine Jogging-Schuhe oder gar Straßenschuhe benutzen!**



# Termine September und Oktober

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Zuständig
03.-04.09.16	07:00	52. Bezirksherbstfahrt nach Boppard / Abfahrt: 8:00 Uhr	Winfried Herbst
10.09.16	15:00	Kieshüwelfest am Bootshaus. Aufbau am 09.09.16 ab 17:00	Uhr. Vorstand
14.09.16	20:00	Vorbesprechung / Veluwerally / Bootshaus	Reinhard Henke
16.-24.09.16	-----	Bezirks - WW - Tour nach Slowenien	Bezirk
24.09.16	18:00	Lampionfahrt / Start beim TSV Pfungstadt	Bezirk
25.09.16	-----	Teilnahme an der Veluwerally, Arnheim, NL. Tagesfahrt über 35, 50 oder 100 km. Anreise: Sa, 24.09. und Abreise: Mo, 26.09.2016.	Reinhard Henke
25.09.16	09:45	Bezirksabpaddeln / Abfahrt 10:30 Uhr am DSW-Steg	Werner Ihl
01.-03.10.16	-----	Bezirks - Wanderfahrt ab Bamberg auf dem Main	Bezirk
01.-03.10.16	-----	Bezirks - Wanderfahrt an die Mosel	Bezirk/J. Krämer
07.10.16	18:00	Terminplanung 2017 / Bootshaus	Werner Ihl
26.10.16	19:00	Bezirksversammlung mit Terminen 2017	Winfried Herbst
30.10.16	09:45	Abpaddeln und Abrudern / Abfahrt: 10:30 Uhr	Winfried Herbst
06.11.16	10:00	HKV: Fachgruppentagung „Freizeitsport“ in Gießen	Werner Ihl

## Übrigens ...

- hat Frau Martina Drangenstein das Bootshaus im Juli zum letzten Mal gereinigt. Seit August ist Frau Mateen Mubashir ihre Nachfolgerin.
- haben wir im Bootshaus keinen Wäscheservice. Deshalb: benutzte Handtücher zu Hause waschen und dann wieder in den Schrank räumen.
- bitten wir die Mitglieder, die Räume des Bootshauses für private Zwecke nutzen wollen, dieses Vorhaben etwa drei Monate vor dem beabsichtigten Termin als Antrag bei unserem Vorsitzenden Johannes Kollmann einzureichen. Der Vorstand wird das Anliegen in einer darauffolgenden Vorstandssit-

zung besprechen und dem Antragsteller eine Rückmeldung zukommen lassen.

- weisen wir darauf hin, dass Änderungen von Adressen oder Bankverbindungen umgehend nicht nur der Abteilung, sondern besonders auch der Geschäftsstelle des Gesamtclubs mitzuteilen sind. Änderungen von E-mail-Adressen bitte an den Vorstand der Wassersportabteilung weiterleiten ([edith.herber@dsw12-wassersport.de](mailto:edith.herber@dsw12-wassersport.de)).
- Beiträge für die DSW-Nachrichten November/Dezember 2016 bis 15.10.2016 senden an: [mechthild@family-herbst.de](mailto:mechthild@family-herbst.de); Bilder bitte in digitaler Form und in Druckqualität vorlegen!





# HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

- ... unserem Clubkameraden **TOBIAS GÜNTHER** zum **50.** Geburtstag am **01.09.2016**
- ... unserem Clubkameraden **MARKUS GEIGER** zum **50.** Geburtstag am **21.09.2016**
- ... unserem Clubkameraden **THOMAS RUPP** zum **50.** Geburtstag am **26.09.2016**
- ... unserem Clubkameraden **OLIVER EL-BORGI** zum **50.** Geburtstag am **07.10.2016**
- ... unserer Clubkameradin **ANDREA SCHIERL** zum **50.** Geburtstag am **12.10.2016**
- ... unserer Clubkameradin **BETTINA HOPF** zum **50.** Geburtstag am **16.10.2016**
- ... unserer Clubkameradin **DR. EDDA HAULSEN** zum **50.** Geburtstag am **25.10.2016**
- ... unserem Clubkameraden **RUDOLF SCHÄFER** zum **60.** Geburtstag am **21.09.2016**
- ... unserer Clubkameradin **CHRISTIANE SIMON** zum **60.** Geburtstag am **21.09.2016**
- ... unserer Clubkameradin **HEIDI KIMMEL** zum **60.** Geburtstag am **26.10.2016**
- ... unserem Clubkameraden **ROLF MAUL-POELPLAU** zum **70.** Geburtstag am **22.09.2016**
- ... unserer Clubkameradin **INGRID SATTLER** zum **73.** Geburtstag am **02.09.2016**
- ... unserem Clubkameraden **DR. WERNER GEPPERT** zum **73.** Geburtstag am **01.10.2016**
- ... unserem Clubkameraden **ULRICH SACHS** zum **74.** Geburtstag am **01.09.2016**
- ... unserem Clubkameraden **WOLF DIETER VON FELGEL-FARNHOLZ** zum **74.** Geburtstag am **01.10.2016**
- ... unserem Clubkameraden **DIETER TOPITSCH** zum **74.** Geburtstag am **31.10.2016**
- ... unserer Clubkameradin **TRAUDI SCHULTE** zum **75.** Geburtstag am **27.09.2016**
- ... unserem Clubkameraden **HANS-DIETER GIESE** zum **75.** Geburtstag am **28.10.2016**
- ... unserem Clubkameraden **UWE JACOBSEN** zum **76.** Geburtstag am **22.09.2016**
- ... unserer Clubkameradin **HILDE GOEBEL** zum **77.** Geburtstag am **28.09.2016**
- ... unserer Clubkameradin **HELGA GLUMANN** zum **78.** Geburtstag am **20.10.2016**
- ... unserer Clubkameradin **ANNEMARIE SCHACHT** zum **81.** Geburtstag am **03.09.2016**
- ... unserer Clubkameradin **INGEBORG HEINRICH** zum **82.** Geburtstag am **29.10.2016**
- ... unserem Clubkameraden **ARIBERT HEINRICH** zum **90.** Geburtstag am **28.10.2016**

## AUSZÜGE AUS DER SATZUNG (STAND: 28. April 2003)

Die vollständige Satzung kann in der Geschäftsstelle während der Öffnungszeiten eingesehen werden.

- § 1 Abs. 2 Der Club verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne des Abschnitts "Steuerbegünstigte Zwecke" der Abgabenordnung. Zweck des Clubs ist die Pflege und Förderung des Sports, besonders des Schwimm- und Wassersports sowie des Volleyballspiels und Triathlons.
- § 3 Abs. 3 Mit dem Eintritt in den Club erkennt jedes Mitglied die Bestimmungen der Satzung und der Ordnungen des Clubs sowie die Beschlüsse der Mitgliederversammlung als für sich bindend an. Die Satzungen, Sportordnungen und Wettkampfbestimmungen übergeordneter Sportorganisationen, denen der Club angehört, gelten für alle Clubmitglieder, soweit sie davon betroffen sind.
- § 4 Abs. 1 Die Mitgliedschaft beträgt mindestens 12 Monate.
- Abs. 2 Die Mitgliedschaft endet:
- a) mit dem Tod des Mitglieds
  - b) durch freiwilligen Austritt
  - c) durch Streichen aus der Mitgliederliste
  - d) durch Ausschluss aus dem Club
- Abs. 3 Der Austritt ist nur zum 30.6. oder zum 31.12. eines Geschäftsjahres durch schriftliche Erklärung gegenüber dem geschäftsführenden Vorstand möglich. Die Austrittserklärung muss bis zum 31.5. bzw. 30.11. des Geschäftsjahres der Geschäftsstelle zugegangen sein; der Clubausweis ist beizufügen.
- Abs. 4 Ein Mitglied kann durch Beschluss des Gesamtvorstands aus der Mitgliederliste gestrichen werden, wenn er trotz zweimaliger Mahnung ohne Angabe von Gründen den Clubbeitrag nicht entrichtet hat. Die Streichung ist ihm und der Abteilung mitzuteilen.

## SAISONKARTE UND BEITRÄGE

Saisonkarten für die Benutzung des DSW-Freibades werden mit den Club-Nachrichten verschickt bzw. in der Geschäftsstelle ausgegeben unter der Voraussetzung, dass die fälligen Beiträge bezahlt sind.

Mitgliedsgruppen	Gruppe	Beitrag incl. Badumlage (mtl.)	Abteilungsbeiträge			
			Schwimmen (mtl.)	Triathlon (jährl.)	Volleyball (mtl.)	
<b>1. Beiträge:</b>						
Mitglieder ab 18 Jahre	M	10,00	8,00	70,00	5,00	
Ehepartner, Witwen und Witwer	E	8,00	5,00	20,00	4,00	
Kinder, die die Schwimmschule besuchen	Siehe separate Angebote/Preistabelle der DSW-Schwimmschule					
<b>Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren:</b>						
1.Kind	K1	7,50	8,00	60,00	–	
weitere Kinder, je Kind	K2	6,00	5,00	20,00	–	
<b>Mitglieder von 18-26 Jahren* in Ausbildung:</b>						
1.Kind	B1	7,50	8,00	60,00	3,75	
weitere Kinder, je Kind	B2	6,00	5,00	20,00	3,00	
<b>Familien und Auswärtige</b>						
Familien (mit Kindern unter 18 Jahren bzw. von 18-26 Jahren in Ausbildung)	F	18,00	12,00	80,00	9,00 (5,00 bei 1 Erw.)	
Auswärtige Mitglieder (jährlich)	A	42,00 p.a.	36,00 p.a.	50,00	–	
<b>2. Aufnahmegebühren</b>						
Einzelmitglieder: 30,00 Euro - Familien: 50,00 Euro						
<b>3. Sonderbeiträge</b>						
Wassersportabteilung: Miete für Bootsplatz						
Schwimmabteilung-Aktivenumlage (zusätzlich zur Abteilungsumlage) je nach Gruppenzugehörigkeit und Beschluß der Jahreshauptversammlung der Abteilung						

Stand 18.04.2014

Die Beiträge werden grundsätzlich halbjährlich abgerechnet (Januar und Juli eines jeden Jahres) und sind im voraus fällig. Der Verein bitte seine Mitglieder darum, die Beiträge per Lastschrift einziehen zu lassen und die Rechnungsstellung per E-Mail-Versand vornehmen zu dürfen. Hierzu sind die Übermittlung der Bankverbindung und der E-Mail-Adresse an die Geschäftsstelle eine Grundvoraussetzung.

\*) B1 und B2 letztmalig im Kalenderjahr, in dem das Mitglied 26 Jahre alt wird.



„DA  
schlägt  
mein Herz  
höher.“



Jetzt  
Lilien-  
BankCard  
bestellen!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.



Wir machen den Weg frei.

Zeigen Sie allen, für wen Ihr Herz schlägt und sichern Sie sich exklusive Fan-Vorteile, wie Ticketverlosungen zu den Heimspielen, Vergünstigungen in der Lilienschänke, im Fan- und Ticketshop am Merck-Stadion am Böllenfalltor oder im KINOPOLIS Darmstadt. Weitere Informationen unter [www.volksbanking.de/lilien](http://www.volksbanking.de/lilien)

**Volksbank**  
Darmstadt-Südhessen eG 