

Intensivtraining führte Schwimmer in den Bayerischen Wald

Viechtach/Schrobenhausen (wtu) Die Wettkampfgruppe der Schwimmabteilung des SSV Schrobenhausen nutzte die Herbstferien für ein viertägiges Trainingslager in Viechtach zur Vorbereitung auf die kommende Wettkampfsaison. Gleich nach der Ankunft am Samstag stand das erste Schwimmtraining an. Dafür stand den Schrobenhausenern das örtliche Schulbad komplett zur Verfügung. In den darauffolgenden Tagen absolvierten die Schwimmer mehrere intensive Trainingseinheiten im Wasser und in der Turnhalle. Neben Kräftigungsübungen kam auch der Spaß nicht zu kurz. So versuchten sich die Wasserratten in den Ballsportarten Volleyball und Basketball. Der geplante Ausflug mit der Waldbahn zum Baumwipfelpfad im Bayerischen Wald musste leider wegen starkem Sturm abgesagt werden. Stattdessen stand als zusätzliche Einheit ein Zirkeltraining auf dem Programm. Für die insgesamt 19 Schwimmerinnen und Schwimmer mit ihren drei Trainern herrschten in Viechtach optimale Trainingsbedingungen. In wieweit sich dies auf die kommende Stadtmeisterschaft auswirken wird, wird sich am kommenden Wochenende zeigen. Besonders freute sich die Schwimmabteilung über Zuschüsse von der Bauer-Stiftung und vom SSV Hauptverein, so dass sich die persönlichen Kosten für die überwiegend jugendlichen Teilnehmer in Grenzen hielten.



Während dem Trainingslager im Viechtach nutzten die Schwimmer des SSV Schrobenhausen die Turnhalle für zusätzliches „Trockentraining“.