|  |  |
| --- | --- |
| Abteilungsleiter\*in | Vorsitzender SSG An der Oste: Stephan Stolter |
| Mannschaft/Gruppe | SSG (SchwimmStartGemeinschaft) an der Oste |
| Trainer\*in/Übungsleiter\*in | Schwimmwart: Anette Lührs |
| Betreuer\*in | Verantwortliche Schwimmtrainerin: Anette Lührs |
| Trainingsort | Hallenbad Hemmoor und Hallenbad Wingst |
| Trainingszeit und WochenTag/e | Siehe www.ssg-an-der-oste.de |
| Zielgruppe | Schwimmer/innen ab ca. 6 Jahren, auch Erwachsene |
| Telefonnummer für Kontakt | Mobil 0152 0292 4441 (Anette Lührs) |
| E-Mail für Kontakt | [info@ssg-an-der-oste.de](mailto:info@ssg-an-der-oste.de) oder [anette.luehrs@aol.com](mailto:anette.luehrs@aol.com) |

Bericht aus der Schwimmabteilung bzw. von der SSG An der Oste   
Was war los im Jahr 2023

**Neues Equipment**Das Jahr 2023 begann für uns Schwimmer und Schwimmerinnen sehr erfreulich. Im Januar und Februar haben wir insbesondere im Wingster Hallenbad bei den Anfängern (6 bis 9 Jahre) so starken Zulauf, dass uns Flossen in den kleinen Größen (Größe 29-33) fehlten sowie kleine Bretter mit geringem Auftrieb für die Jüngsten. Ganz unbürokratisch erhielten wir die Zusage vom Vorsitzenden, Hartmut Römer, das notwendige Equipment bestellen zu dürfen. Dafür möchten wir uns auf diesem Wege nochmals recht herzlich bedanken. Die Flossen und Bretter erleichtern uns das Schwimmtraining bei den Jüngsten sehr und sorgen außerdem für viel Abwechslung und Spaß.

Foto „Neue FlossenBretter\_Feb23“  
Untertitel:   
Im Februar gab es für die Jüngsten neue Flossen und Schwimmbretter

Im September wurden wir ein weiteres Mal mit einer Zuwendung bedacht. Der Verein „Hadeln hilft“ hat uns Geld für das Schwimmtraining zukommen lassen. Genau im richtigen Moment, denn unsere uralten Tauchringe fingen an sich aufzulösen und mussten dringend ersetzt werden. Außerdem reichte das Geld noch aus, um schöne Tauchstäbe anzuschaffen.

Foto: „NeueTauchringeTauchstaebe\_Nov23“  
Untertitel:  
Aufgrund einer Geldspende des Vereins „Hadeln hilft“ konnten neue Tauchringe angeschafft werden

**Viele Schwimmabzeichen und Rettungsschwimmabzeichen**In enger Zusammenarbeit mit der DLRG Lamstedt konnten in der ersten Jahreshälfte alle Trainer/innen und Helfer/innen am Beckenrand, die alle zwei Jahre ihr Rettungsschwimmabzeichen Silber aktualisieren müssen, ihre Kenntnisse und ihr Können unter fachkundiger Aufsicht der Rettungs-Profis der DLRG Lamstedt erfolgreich auffrischen. Schwimmer/innen ab zehn Jahren legten den Juniorretter ab und Jugendliche ab zwölf konnten in Lamstedt einen mehrwöchigen Rettungsschwimmkurs belegen, der mit der Abnahme des Rettungsschwimmabzeichens Bronze oder Silber abgeschlossen wurde. In unseren eigenen Trainingsstunden absolvierten viele Kinder ihre Schwimmabzeichen Bronze, Silber und Gold. Wobei deutlich erkennbar war, dass nur wenige Kinder in der Lage waren, die Anforderungen des Goldabzeichens zu erfüllen – immer noch ein Erbe aus der „bewegungsarmen“ Corona-Zeit.

**Teilnahme an Schwimmwettkämpfen**

Zum Glück gab es in diesem Jahr keinerlei Beschränkungen mehr im Bereich Wettkampfschwimmen. So konnten wir, wie gewohnt an allen Einladungs- und Schwimmwettkämpfen auf Kreisebene teilnehmen und viele persönliche Bestzeiten und gute Platzierungen erzielen.

Besonders zu erwähnen ist Cora Gerdts (2011), die als Para-Schwimmerin bei den Internationalen Deutschen Meisterschaften im Para-Schwimmen in Berlin in ihrer Altersklasse (Jugend C) fünf erste und drei zweite Plätze erzielte.

Endlich fand nach langer Corona-Pause auch wieder das DLRG-Kinderschwimmfest in Otterndorf statt, mit Übernachtung in der Schule, an dem wir erfolgreich teilnahmen.

Foto: „KreismeisterschaftenCux\_180323“

Untertitel:

Das Team der SSG-Schwimmer/innen, die erfolgreich an den Kreismeisterschaften teilnahmen:

von rechts nach links: Eva Maria Nemetz, Jan-Erik Feldberg, Nicole Plate, Aron Paschkowski, Lina de Vries, Leandro Raudis, Steffen Buck, Viveka Heidemann, Cora Gerdts, Yuna Wiedemann, Felix Schütt, Jan Martens, Ina Linck, Jara Martens.

**Events und Ausflüge**

Mit großer Begeisterung nahmen wieder gut 60 Schwimmer/innen an unserem Ausflug zur Eissporthalle nach Harsefeld teil. Für alle Kinder und Jugendlichen war es ein besonderer Spaß, das Element „Wasser“ im festen Zustand zu erleben. Aufgrund der milden Winter ist es für viele Kinder die einzige Möglichkeit, Schlittschuhlaufen zu lernen. Kurz vor den Sommerferien folgte unser jährlicher interner Schwimmwettkampf, bei dem es hauptsächlich um das Dabeisein geht und nicht um das Gewinnen. Leider regnete es an dem Tag in Strömen, so dass Spiel und Spaß am Heidesee hinter dem Schwimmbad ausfallen mussten. Im Oktober machten wir einen Ausflug nach Cuxhaven ins Ahoi-Bad. In den Wellen toben, rutschen, tauchen, spielen waren ein riesen Spaß für die kids, auch wenn für den einen oder anderen der anschließende MC-Donalds-Besuch das eigentliche Highlight des Tages war.

Im November nahmen gut 60 Kinder und Jugendliche am jährlichen Totenkopfschwimmen teil. Hierbei handelt es sich um ein Dauerschwimmen von einer, eineinhalb und zwei Stunden. Es ist erstaunlich, wie selbst die Jüngsten es mit eisernem Willen schaffen, eine ganze Stunde ohne Pause zu schwimmen. Glücklich und stolz nahmen alle Teilnehmer/innen ihre Urkunde und den Totenkopf-Aufnäher nach dem Schwimmen entgegen.

Foto: „TotenkopfschwimmenNov23“

Untertitel:   
Das Totenkopfschwimmen zum Ende des Jahres in der Ostewelle ist für viele Kinder und Jugendliche ein besonderes Highlight

Unser schwimmerisches Jahr endet in der Regel mit den Kreisnachwuchs- und Kreis-Lange-Strecke-Wettkämpfen im Hallenbad Hemmoor, an denen wir auch in diesem Jahr mit einigen Schwimmern und Schwimmerinnen erfolgreich teilnahmen.

Foto: „KreisNachwuchsWK\_Nov23“  
Untertitel:  
Die Nachwuchsschwimmer und -schwimmerinnen der SSG An der Oste mit ihren Trainerinnen, von links nach rechts hinten: Trainerin larissa Buck, Alexander Schulenburg, Felix Schütt, Leandro Raudis, Marle Begemann, Trainerin Bea Rühle. Von links nach rechts vorne: Smilla Gerdts, Neo Schütt, Hedda Blohm, Nane Grube, Aurelia Sokolowski

Wir möchten uns auf diesem Wege bei den Schwimmeistern und Badangestellten der Hallenbäder Wingst und Hemmoor herzlich für die stets gute Zusammenarbeit bedanken.