

SWSV-Synchronschwimmerinnen zu Besuch bei den Wasserspringern

Am 23.08. hatten wir, Lea Schulz und Désirée Schönung, die Möglichkeit den Wasserspringern des Mainzer Schwimmverein 01 das Synchronschwimmen etwas näher zu bringen. Die Springer hatten innerhalb ihres jährlichen Trainingslagers mit uns ein paar Stunden mit dem Erlernen der Synchro-Basics verbracht. Zuerst haben wir ihnen ein paar grundlegende Techniken,



Wassergefühl einmal ganz anders



*Was macht Jannicks Hand auf dem Kopf von Tonie ?
Synchron ist das jedenfalls nicht!*

das Training viel Freude bereitet und wir hoffen, dass die Wasserspringer das ebenfalls so empfunden haben. Das „Schnuppertraining“ war eine tolle Erfahrung und wir hoffen, dass wir in Zukunft mehr davon sammeln können.

wie das Paddeln und Wassertreten, und einige Figuren, wie das Ballettbein oder den Barracuda gezeigt. Anschließend teilte sich die Gruppe in kleinere Teams auf, um sich selbst eine kleine Kür auf das Lied „Uptown Funk“ von Bruno Mars auszudenken. Die Ergebnisse waren erstaunlich gut. Auch wenn es hier und da an der Synchronität haperte, waren wir sehr erstaunt über die Kreativität und die super Leistungen, die die Wasserspringer erbrachten. Uns selbst hat



Das Ballettbein! Aller Anfang ist schwer.

Die Wasserspringer sagen Danke für die Bereicherung des Trainingslagers und die neuen Wassererfahrungen!