

DIE VEREINSZEITSCHRIFT DES FLENSBURGER SCHWIMMKLUB



FSK-AKTUELL

2023 • AUSGABE 1

WWW.FLENSBURGER-SCHWIMMKLUB.DE

**Weihnachten mit
dem Bundespräsidenten**
Ein offener Empfang

Ostereier bemalen
Kreative Vereinskinder

**Landesmeisterschaften
im Campusbad**
Jede Menge Medaillen
für den FSK

Sydcup in Haderslev
Finn (FSK 2) berichtet

Neue Jugendsprecher
Cathy und Jesse stellen sich vor

Vorwort



**Liebe Schwimmer und Schwimmerinnen,
liebe Mitglieder:**

Es ist nun schon eine gewisse Zeit her, dass Ihr eine FSK-Aktuell in den Händen hattet, umso mehr freue ich mich, dass es nun endlich wieder soweit ist.

Hier ist sie, die neue Ausgabe!

Klar könnte ich an dieser Stelle ausführen, warum es so lange gedauert hat – nur so viel: Es waren unruhige und unsichere Zeiten für unseren Schwimmklub und in der Vorstandsarbeit. Aber alles hatte ein Ende und so konnten wir den Verein auf den letzten beiden Mitgliederversammlungen neu auf die Beine stellen und unser Team im Vorstand organisieren.

Ein Teil dieses neuen Vorstand-Teams ist Nadine – sie hat sich bereit erklärt, die FSK-Aktuell und unsere Pressearbeit zu übernehmen. Deshalb an dieser Stelle mein besonderer Dank!

Aber bitte denkt alle daran, unser Flensburger Schwimmklub lebt vom Mitmachen. Also wer Lust hat, einmal einen Artikel selbst zu schreiben, Ideen mit einbringen möchte, hey Ihr seid willkommen!

Aber nun viel Spaß beim Lesen und Blättern in diesem Heft. Bleibt alle gesund und schwimmt fleißig!

Christian Krämer

Inhaltsverzeichnis

AKTIVITÄTEN

KOSTENLOS (ZURÜCK) IN DEN VEREIN - SPORTVEREINS-SHECK	4
WEIHNACHTEN BEIM BUNDESPRÄSIDENTEN	5
OSTERBASTELN DER JUGEND	8

WETTKÄMPFE

47. INTERNATIONALER FÖRDEPOKAL	10
SYDCUP HADERSLEV	11
LANDESMEISTERSCHAFTEN LANGE STRECKEN FL	14
NORDEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN LANGE STRECKEN	16
41. INTERNATIONALE FÖRDEMASTERS	17
NORDEUTSCHE MASTERMEISTERSCHAFTEN HANNOVER	18
LANDES- UND JAHRGANGSMEISTERSCHAFTEN	20
DIAPOLO MEET HANNOVER	22
13. HH-SH MASTERMEISTERSCHAFTEN	23

INTERNES

NEUE BAHN FÜR ANFÄNGER KRAUL	26
MIT SCHLAFANZUG IM CAMPUSBAD	27
JUGENDVERSAMMLUNG	28
NEUE JUGENDSPRECHER	30
JAHRESBERICHT DER JUGENDWARTINNEN	32
NEUES VOM KAMPFGERICHT	33
NEUIGKEITEN AUS DEM KLUBHEIM	34
MITGLIEDER-JUBILÄEN	36
SCHWIMMABZEICHEN	38
TERMINE	40
DIE PRESSEWARTIN STELLT SICH VOR	41
VORSTAND UND KONTAKT	42



Kostenlos (zurück) in den Verein – Sportvereinscheck

Sport, nur besser

Seit dem 24. Januar 2023 stehen auf der DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) Website www.sportnurbesser.de 150.000 Sportvereinschecks im Wert von je 40 € für Privatpersonen zum Download zur Verfügung. Mit den Sportvereinschecks sollen sportinteressierte Menschen für den Sport zurückgewonnen und Bewegungsmuffel für mehr Bewegung neu begeistert werden. Die Personen haben vier Wochen Zeit, ihren Sportvereinscheck als Zuschuss für eine Vereinsmitgliedschaft in einem Sportverein ihrer Wahl einzulösen. Das Downloadportal ist hierfür im Zeitraum vom 24. Januar 2023 bis zum 31. August 2023 geöffnet.

Die Sportvereine bekommen die Sportvereinschecks von den Personen digital ausgehändigt.

Der Verein kann diesen innerhalb von zehn Wochen ab Ausstellungsdatum beim DOSB über die Internetplattform einreichen. Zwischen dem 24.01.2023 und 30.04.2023 haben bereits über 12 Neumitglieder einen Sportvereins-Scheck beim Flensburger Schwimmklub eingereicht. Seit dem 17.02.2023 findet sich auch auf der Homepage des Vereins www.flensburger-schwimmklub.de/restart-sport-bewegt-deutschland/ ein Hinweis auf die Aktion des DOSB. Wir hoffen, dass wir über diese großartige Aktion des DOSB noch weitere Neumitglieder gewinnen können.

Mit sportlichen Grüßen,

Thomas Kjærsgaard

Weihnachten mit dem Präsidenten

Ein offener Empfang

Ich las in der Zeitung, dass der Bundespräsident mit Gattin nach Flensburg kommt, um in der Nikolaikirche mit 120 geladenen Personen die Weihnachtsaufzeichnung "Weihnachten mit dem Präsidenten" vom ZDF zu drehen. 120 geladene Ehrengäste aus Politik und Wirtschaft war mein Gedanke, bis ich zwei Tage später eine Einladung vom Bundespräsidialamt im Briefkasten hatte! Ich rief unsere Schwimmwartin Uli an und sie hatte auch eine Einladung erhalten. Jetzt unterhielten wir uns beim Training nicht mehr über Wettkämpfe, sondern über Haare, Kleidung und unsere wahnsinnige Vorfreude.

An diesem Abend waren wir die Ersten an und in der Nikolaikirche. Überall waren Polizei, Sicherheitsleute und TV Teams. Die Kirche war wunderschön dekoriert und die Aufzeichnung mit Johannes B. Kerner verging sehr schnell. Danach wurden wir alle gebeten, noch mit ins Deutsche Haus zu kommen, wohin der Bundespräsident eingeladen hatte.

Es gab gutes Essen, Getränke und einen offenen Empfang mit dem Präsidenten. Er kam zu uns ins Publikum, war für alle Gespräche offen und es wurden viele Fotos gemacht. Uli und ich haben zuerst mit der Gattin Elke Büdenbender gesprochen, wo Ehrenamt, Schwimmbadschließungen, Frauenpolitik und Bildung unsere Themen waren.



Nach einem kleinen Smalltalk mit Herrn Steinmeier, der neugierig fragte, was wir eine halbe Stunde mit seiner Frau besprochen hätten, bekamen wir unser Foto.

Unseren Ministerpräsidenten Daniel Günther trafen wir später und erfuhren, dass seine Tochter im kalten Schwimmbekken erst mit sechs Jahren das Seepferdchen absolvierte. Er konnte unsere Sorgen gut verstehen. Zum Schluss sind wir noch zu Johannes B. Kerner gegangen, wo wir einmal den Fernsehmann live im Arm hatten.

Nach etwa drei Stunden war der Abend vorbei und mit einem glücklichen zufriedenen Lächeln sind wir ein „bisl beschwipst“ ins Taxi gestiegen.

Danke für diesen schönen Abend.

Felicitas Hornschuh



Nikolausbesuch
Campusbad, Dezember 2022

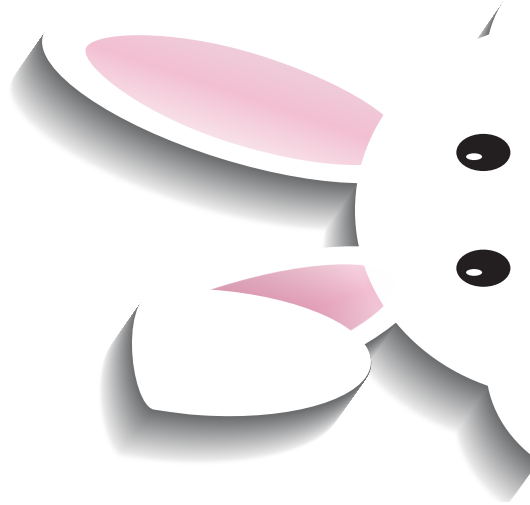


Ostereier bemalen im Klubheim

Kreative Vereinskinder

Nachdem wir das Klubheim mit der Jugend bereits zur Jugendversammlung ausprobiert und für toll empfunden haben, dachten wir uns, dass man das Klubheim auch gut für weitere Unternehmungen nutzen kann. Gesagt, getan. Wir überlegten uns etwas Kreatives für die Kinder und Jugendlichen des Vereins. Entstanden ist das erste Ostereierbemalen!

Auch hier bedanken wir uns für die zahlreichen Anmeldungen. Mehr als 20 Kinder konnten wir leider nicht unterbringen, es lohnt sich also immer, eine zügige Anmeldung abzuschicken! Wir bereiteten das Klubheim überwiegend farbsicher vor und freuten uns darüber, dass wir auch die jüngeren Schwimmerinnen und Schwimmer aus dem Folgekurs und der S1 begrüßen konnten. Wir haben versucht, die Anzahl der bemalten Eier in etwa zu überschlagen und sind auf über 100 Eier gekommen.



Die kreativen Aktiven waren sehr fleißig, sodass unsere Zweige schnell voll und damit nicht mehr so standfest in der Vase waren. Zum Glück ist nur ein Ei zerbrochen und auch Tränen gab es keine, dafür hatten wir einfach zu viel Spaß! Lenas Farbunfall an ihrem Ärmel wird sie noch lange an diese tolle Aktion erinnern und ein Lächeln ins Gesicht zaubern! Wir hoffen, ihr hattet tolle Osterfeiertage mit euren wirklich wunderschönen Eiern

Nele und Lena



47. Fördepokal im Campusbad, 10. und 11. September 2022

Lene wird beste Nachwuchssportlerin und Cathy gewinnt das Knock-Out-Rennen der Damen

313 Schwimmerinnen und Schwimmer aus Schleswig-Holstein und Sønderborg nahmen im September 2022 am ersten „normalen“ Fördepokal nach Corona teil. Damit in den 40 Wettkämpfen und etwa 1.800 Einzelstarts alles glatt ging, waren 30 Kampfrichter und nochmal ebenso viele Freiwillige im Campusbad im Einsatz.

Und die Ergebnisse konnten sich sehen lassen:

Während der begehrte Fördepokal an den SV Neptun Kiel ging, landete der FSK in der Teamwertung auf Platz 6. Lene Thielemann (Jahrgang 2009) vom FSK wurde Jahrgangsbeste über 1.500m Freistil und mit einer tollen Zeit von 19:43,14 als beste Nachwuchssportlerin ausgezeichnet.

Letzter Wettkampf des Fördepokals war das Knock-Out-Schwimmen, bei dem die jeweils besten acht Schwimmerinnen und Schwimmer über 100 Meter Lagen gegeneinander antreten und bei dem der Schwimmstil über 50 Meter vor jedem Lauf ausgelost wird. Hier gewann Cathy Milena Heuber vom FSK das Rennen der Damen.

Nadine



Mein erstes Mal beim Syd Cup in Dänemark

Finn (FSK 2) berichtet

Im November 2022 war ich das erste Mal beim Syd Cup in Haderslev. Als wir angekommen sind, war es eine sehr schöne Gastfreundschaft. Es waren am Eingang Flaggen aufgebaut, es war laut Musik an und viele fröhliche Menschen.

Ich war ziemlich gespannt, denn ich hatte gehört, dass zum Syd Cup eigentlich eher nur die besseren Schwimmer kommen. Das einzig Doofe war, dass der Schlüssel für die Schule, also unser Zimmer, in dem wir das Wochenende schlafen sollten, noch nicht da war. Dann haben alle langsam angefangen, sich einzuschwimmen und sich ihre Plätze in der Halle aufzubauen.

Die ersten Wettkämpfe sind dann auch schon gestartet. Und nach den ersten Läufen kam endlich auch der Schlüssel. Es waren so viele Menschen da... Dann haben wir auch schon unsere Betten aufgebaut: Iso-Matte, Schlafsack – einer neben dem anderen. Danach sind wir zum Abendbrot essen

gegangen. Es gab richtig leckere Sachen. Danach sind wir schlafen gegangen. Am nächsten Morgen, Samstag, haben wir erst Frühstück gegessen und dann haben wir uns eingeschwommen. Ich war sehr gespannt, denn heute waren schon Finales und das sollte ziemlich cool sein. Also mit Lichtshow und so. Ich war sogar im Finale beim Brustschwimmen. Ich war so doll aufgeregt. Wir wurden einzeln aufgerufen und sind im Scheinwerferlicht an unseren Startplatz gegangen. Als ich auf dem Startblock stand, war alles bunt erleuchtet. Ich kam auf den 3. Platz und als wir unsere Medaillen bekamen, wurde mit einem großen Scheinwerfer auf uns gestrahlt.

Dann war es wieder Wettkampf nach Wettkampf. Und dann wieder richtig leckeres Abendbrot. Am nächsten Morgen, Sonntag, haben wir uns nach dem Frühstück wieder eingeschwommen und hatten alle nochmal Wettkämpfe. 2023 möchte ich auf jeden Fall wieder beim Syd Cup schwimmen.



Swim 100 x 100

Campusbad 26.11.22



Landesmeisterschaften lange Strecken im Campusbad Flensburg

Viele Medaillen im „schnellen Wasser“

Bei den Landesmeisterschaften „zu Hause“ im Campusbad Flensburg starteten am 21. und 22. Januar 2023 285 Schwimmerinnen und Schwimmer aus insgesamt 19 Vereinen. Und während draußen die Temperaturen noch um den Nullpunkt lagen, kochte es drinnen im – wie Schwimmwartin Ulrike Thielemann sagte – „schnellen Wasser“ nur so vor schnellen Arm- und Beinschlägen.

Medaillen für den FSK:

Für den FSK, dieses Jahr Ausrichter dieser Landesmeisterschaften, gab es folgende Platzierungen:

Gold und Landesmeister

Ulrike Thielemann (AK35), 400 Meter Freistil (6:35,32)

Olaf Bieber (AK 55), 1.500 Meter Freistil (26:10,63)

Silber

Lene Thielemann (Jg. 2009), 400 Meter Freistil (5:55,52) und 1500 Meter Freistil (20:18,68)

Bronze

Lene Thielemann (Jg. 2009), 800 Meter Freistil (10:42,25)

Julia Wroblewski (Jahrgang 2008), 1.500 Meter Freistil (19:54,71)



Norddeutsche Meisterschaften lange Strecken, Braunschweig 18. und 19.02.2023

Julia und Lene sind happy

Julia und Lene kehrten "happy" von den Norddeutschen Meisterschaften der langen Strecken in Braunschweig zurück. Bereits am Samstag starteten beide über 800 Meter Freistil und beendeten das Rennen mit Bestzeit. Sehr erfolgreich lief der Sonntag mit der Kategorie 1.500 Meter Freistil. Während Lene ihre Bestzeit nur knapp verpasste, aber dennoch den 9. Platz in ihrem Jahrgang erreichte, zündete Julia die Rakete und ging über 800 Meter 5 Sekunden schneller durch als beim vorherigen Einzelrennen. Damit aber nicht genug: Sie schlug sensationelle 46 Sekunden unter Bestzeit an! Damit hatte weder Julia noch das Trainerteam gerechnet.

Einen winzig kleinen Wermutstropfen gab es dennoch:
Sie belegte am Ende Platz 4 mit 1,8 Sekunden Rückstand auf den dritten Platz.

Micha



41. Internationale Fördemasters, 25. Februar 2023

Rekorde, Spaß und viel „Flens“ im Campusbad

Dieses Jahr hieß es wieder "Türen auf im Campusbad" für die 41. Internationalen Fördemasters, die der FSK traditionell im Campusbad ausrichtet. Gekommen waren 170 Master-Schwimmerinnen und -Schwimmer aus Deutschland und Dänemark, um sich sowohl in den klassischen, olympischen Disziplinen des Schwimmens als auch in der Bier-Spaß-Staffel mit Regenschirm in der Hand zu messen.

Für alle, die noch nicht davon gehört haben – die Bier-Spaß-Staffel funktioniert so: In der Staffel über 6x50 Meter wird mit nur einem Arm geschwommen, der andere hält einen aufgespannten Regenschirm über dem Wasser. Nach 25 Metern geht der Schwimmer bzw. die Schwimmerin aus dem Wasser, leert einen Becher mit 0,4 Liter Bier (oder Wasser) und schwimmt dann zurück zum nächsten Teilnehmer der eigenen Mannschaft.

Aber es wurde auch ganz ernsthaft geschwommen und dabei wurden 13 dänische Altersklassenrekorde gebrochen:

Fin Biering-Sørensen (Jg. 1948) vom KU Svømning og Vandpolo war hierbei der fleißigste Herr und Susanne Skovgaard Metzsch (Jg. 1968) von H2Odense die fleißigste Dame.

Als beste Medaillesammler vom FSK stachen heraus:

Kay Hempel mit zweimal Silber und zweimal Bronze, Felicitas Hornschuh und Franka Bräuer mit zweimal Silber, Stefan Krömer mit jeweils einmal Silber und Bronze und Andreas Garges mit einmal Bronze.

Durchhaltevermögen bewiesen Franka Bräuer und unsere Schwimmwartin Ulrike Thielemann, die beide erfolgreich am Power-Pokal teilnahmen. Hier mussten mindestens 13 Strecken erfolgreich absolviert werden.

Die Spaßstaffel am Ende war wie immer ein Highlight. Die „Pink Fluffy Unicorns“ des FSK belegten Platz 3 und gewannen 6 Mega-Plops, gesponsert von der Flensburger Brauerei. Platz 1 und 2 gingen wie immer zu unseren Nachbarn nach Dänemark.

Nadine

17

Norddeutsche Mastermeisterschaften, Hannover 25. und 26.03.2023

16 Medaillen für das Team des FSK

715 Sportlerinnen und Sportler aus 148 Vereinen - und eine lohnende Reise in die niedersächsische Landeshauptstadt für das Team des FSK: 16 Medaillen (sechs Gold, sieben Silber, drei Bronze) brachten die drei Schwimmer und eine Schwimmerin mit nach Hause.

Kay Hempel gewann fünfmal Gold in der AK40, Ulrike Thielemann (AK35) brachte sich eine Gold-, zwei Silber- und zwei Bronzemedailles mit nach Hause, Hans-Jürgen Diel (AK70) freute sich über zweimal Silber und dreimal Bronze und Andreas Grages (AK65) hatte auf der Heimreise am Sonntag zweimal Silber im Gepäck.



Landesmeisterschaften und Jahrgangsmesterschaften 2023

Drei Jahrgangsmesterinnen und 28 Medaillen

Das war kein Aprilscherz: Am 1. April 2023 fanden sich 262 aktive Schwimmerinnen und Schwimmer im Campusbad Flensburg ein, um in Wettkämpfen der Landes- und Jahrgangsmesterschaften gegeneinander anzutreten.

Ausrichter war der FSK und mit diesem „Heimvorteil“ brachten es die Schwimmerinnen und Schwimmer unseres Vereins auf insgesamt 28 Medaillen.



Medaillen für den FSK:

Maja Kjærsgaard (Jg. 2013): ----- 5x Gold, 3x Silber
Jahrgangsmesterin über 400 m Freistil und 200 m Lagen

Emiliia Pyzhyk (Jg. 2009): ----- 1x Gold, 5x Silber, 1x Bronze
Jahrgangsmesterin über 200 m Lagen

Julia Wroblewski (Jg. 2008): ----- 2x Gold, 2x Silber, 1x Bronze
Jahrgangsmesterin über 400 m Freistil

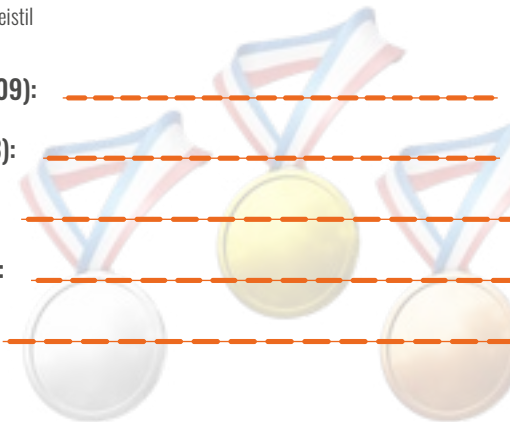
Lene Thielemann (Jg. 2009): ----- 2x Silber, 1x Bronze

Jennifer Nissen (Jg. 2013): ----- 1x Silber, 1x Bronze

Felicia Flüge (Jg. 2009): ----- 1x Silber

Cathy Heuber (Jg. 2005): ----- 1x Bronze

Jesse Berk (Jg. 2009): ----- 1x Bronze





13. Hamburger- und Schleswig-Holsteiner Mastermeisterschaften, Hamburg 07.05.2023

Hans-Jürgen wird Masterschwimmer des Jahres 2022

Am 07.05.2023 fuhr eine hochmotivierte und altersmäßig toll gemischte zwölfköpfige FSK-Mastermannschaft zu den 13. Hamburger- und Schleswig-Holsteiner Mastermeisterschaften nach Hamburg. An Bord waren Katharina, Franka, Charlotte, Felicitas, Ulrike, Marie, Diana, Christian, Andreas, Hans-Jürgen, Olaf und Stefan.

Ein besonderes Highlight zum Abschluss war die 22 x 50 Meter Freistil-Staffel des Hamburger Schwimmverbandes gegen den Schleswig-Holsteiner Schwimmverband. Hier konnte der SHSV mit zwei Übrerrundungen und Altersklassenauszahlung ganz klar gewinnen.

Der/die eine oder andere hatte Medaillenchancen im Gepäck und fleißig auf diesen Wettkampf hintrainiert. Der FSK konnte sich über Superplatzierungen, Medaillen und als besondere Auszeichnung auch über den "Masterschwimmer des Jahres 2022" Hans-Jürgen freuen.

Und weil wir Flensburger Nordlichter so erfolgreich waren und diesen langen Wettkampftag mit so viel Spaß absolvierten, gönnten wir uns als Belohnung ein gemeinsames leckeres Abendessen, bevor es für alle wieder nach Hause in den hohen Norden ging. Besonders erwähnenswert und dankenswert ist der Einsatz von Werner und Danny, die uns als Kampfrichter begleiteten und unterstützten.

Auch in den Staffelwettbewerben konnte unser Team kräftig mitmischen: Bei 4 x 50 Meter Lagen schnappte uns der TSB mit gerade mal einer Hundertstelsekunde den Titel weg, was wir dann aber bei den 4 x 50 Meter Freistil als Revanche wieder gut machten.



Für mich war es der erste Wettkampf mit den Masters und mir hat es viel Spaß gebracht.

Stefan Berk

13. Diapolo Meet, Hannover 06. und 07.05.2023

20 Medaillen abgeräumt!

Vom 06. bis 07. Mai war die erste Mannschaft des Flensburger Schwimmklubs zum 13. Diapolo Meet in Hannover. An den Start gingen Delia Nainzadeh, Cathy Milena Heuber, Emiliia Pyzhyk, Julia Wroblewski, Felicia Flüge und Lene Thielemann. Als Trainer begleite die Gruppe Alex Pedrosa.

Es wurden Bestzeiten geschwommen und insgesamt dreimal Gold, zwölfmal Silber und fünfmal Bronze mit nach Hause genommen. Darunter waren auch zwei Qualifikationen für das offene Finale. Emiliia erschwamm sich im 100 Meter Rücken-Finale den achten Platz. Ihre Vereinskameradin Cathy schwamm im 100 Meter Brust-Finale knapp am Treppchen vorbei und erreichte den vierten Platz.

Die Gruppe hatte viel Spaß und vor allem der gemeinsame Abend beim Italiener war ein großes Highlight.

FSK 1



Vereinsschwimmfest
Tarp, Juni 2022
Wieder geplant für 2024!



Neue Bahn, bessere Bedingungen für Anfänger Kraul

Kraulen kann jeder

Seit Februar gibt es die Bahn nun schon in der neuen Form. Ich gebe das Training und die Anleitung für momentan sechs Anfänger, die gerne Kraul lernen wollen. Das kann je nach Alter und Vorerfahrung eine ganz schöne Herausforderung sein. In unserer Gruppe sind alle mit Spaß dabei und sehr beflissen, alle Übungen möglichst gut umzusetzen. Seit Neuestem sind wir nun auch im flachen Bereich des Sportbeckens auf einer Randbahn. Das bedeutet beste Bedingungen und mir als Trainerin sind so viele Möglichkeiten der Korrektur gegeben.

Wir freuen uns auf weitere neue Schwimmer*innen immer montags von 19 bis 20 Uhr.

Katharina



Schlafanzug mit Blümchen im Campusbad!?

Trainerausbildung und Aktuelles aus dem Trainingsbetrieb



Im Moment haben wir 22 ehrenamtliche TrainerInnen, TrainerassistentInnen und TrainerhelferInnen am Beckenrand stehen oder mit im Lehrschwimmbecken. Nur durch so viele Ehrenamtliche ist eine nachhaltige und sichere Schwimmbildung zu gestalten. Danke für euren Einsatz! Lia und Ulrike haben im letzten Jahr an der Trainerausbildung des Schleswig-Holsteinischen Schwimmverbandes teilgenommen und sind C- Trainer bzw. B- Trainer.

Die TrainerInnen sind oft und viel im Campusbad, aber nein... wir schlafen nicht dort!

Unsere TrainerInnen und AssistentInnen bilden sich regelmäßig fort. Das Rettungsschwimmabzeichen in Silber ist verpflichtend für die Teilnahme an der Trainerausbildung. Alle zwei Jahre ist für unsere TrainerInnen eine Auffrischung der Kenntnisse erforderlich. An dieser Stelle danken wir der DLRG Flensburg, sie unterstützen uns bei der Aus- und Fortbildung im Rettungsschwimmen. Ein Teil der Strecken muss in Kleidung zurückgelegt werden... hier kommen die Schlafanzüge zum Einsatz und das ist alles andere als entspannt.

Aktuelles aus dem Trainingsbetrieb:

ENDLICH! Es läuft alles wieder normal, auch im Schwimmsport ist die Pandemie vorbei. Das macht Vieles leichter!

In der Schwimmschule haben wir das Aufwärmen nun als festen Bestandteil des Trainings aus der Pandemie resultierend beibehalten. Zum einen ist das Aufwärmen vor dem Sport – auch vor dem Schwimmen – ein wichtiger Aspekt, zudem können wir Bewegungen an Land schon einführen und vertiefen, die wir später im Wasser brauchen.

Auch der Wettkampfkalender normalisiert sich langsam, sodass wir langfristiger planen können und allen Altersgruppen ein Angebot machen können. Nach den Sommerferien werden wir nach unserem Förderpokal auch wieder einen sogenannten Minimi-Wettkampf in der Trainingszeit gestalten. Unsere kleinsten Wasserflöhe schnuppern hier in der gewohnten Schwimmhalle etwas Wettkampfluft.

Ulrike

Bericht der Jugendversammlung

Wahl der JugendsprecherInnen

Am 21. Februar haben wir (Nele und Lena) das erste Mal das Klubheim für eine Jugendversammlung hergerichtet und es somit mit der FSK Jugend eingeweiht. Mit 19 Kindern und Jugendlichen, darunter auch viele TrainerInnen, haben wir die Veranstaltung mit einem gemeinsamen Hot-Dog-Essen gestartet. Hier wurde ordentlich geschlemmt und geschnackt.

Mit vollen Bäuchen ging es dann in den offiziellen Teil über und wir berichteten von unserer ersten Zeit als Jugendwartinnen, die im Mai 2022 gestartet ist.

Wichtig für die Jugend und unseren Verein ist die Wahl von Jugendsprecherinnen und Jugendsprechern. Diese Posten kann man sich wie einen Klassensprecher in der Schule vorstellen. Die Aufgabe des Jugendsprechers und der Jugendsprecherin ist es, aufmerksam die Bedürfnisse, Ideen und Wünsche der Kinder und Jugendlichen aus dem Verein zu sehen und diese an die Jugendwartinnen und somit über diese an den Vorstand heranzutragen.



An diesem Abend haben wir zahlreiche Vorschläge zur Wahl der JugendsprecherInnen erhalten und konnten durch eine offene Wahl zwei JugendsprecherInnen für die nächsten zwei Jahre wählen: Cathy Heuber und Jesse Berk sind es geworden. Sie sind fleißige, aktive SchwimmerInnen, die ihr häufig in der Schwimmhalle oder bei Wettkämpfen sehen und ansprechen könnt. Zum Abschluss des Abends haben wir einen kurzen Ausblick auf unsere Vorhaben für dieses Jahr gegeben und die Wünsche der Kinder und Jugendlichen für zukünftige Aktivitäten entgegengenommen.

Insgesamt hatten wir einen schönen Abend und viele satte TeilnehmerInnen.

Wichtig ist uns nochmal zu erwähnen, dass es für den Verein wichtig ist, dass reichlich Kinder und Jugendliche an der Jugendversammlung teilnehmen. Nur so ist es möglich, ein großes Bild davon zu erhalten, was gewünscht wird und für euch die Möglichkeit, um mitzuentcheiden und zu gestalten.

Also seid beim nächsten Mal dabei ;-)

Nele und Lena

Neue Jugendsprecherin

Cathy stellt sich vor

Mein Name ist Cathy Heuber. Ich bin 18 Jahre alt und schwimme seit 2021 wieder in der FSK1. Auf der diesjährigen Jugendversammlung wurde ich zur neuen Aktivensprecherin mit meinem Vereinskollegen Jesse Berk gewählt. Ich bin bereits seit 14 Jahren im Schwimmsport unterwegs. Angefangen habe ich beim TSB, bevor ich zum FSK gewechselt bin. Mit 13 hatte ich die Möglichkeit, auf das Sport-Internat Magdeburg zu gehen, hier konnte ich wertvolle Erfahrungen sammeln. Schwimmen ist und bleibt meine große Leidenschaft. Ein weiteres Hobby von mir, am Wochenende, sind Strategie-Spiele. In meiner Funktion als Aktivensprecherin bin ich für Kinder und Jugendliche, die ein Problem mit ihrem Trainer, Training, Schwimmkindern oder anderen Dingen aus dem Schwimmerleben haben, gerne da. Mich findet man von Montag bis Freitag in der Schwimmhalle.

Eure Jugendsprecherin Cathy

Neuer Jugendsprecher

Jesse stellt sich vor

Ich bin Jesse, 13 Jahre jung, und schwimme bei Christian in der FSK 2. Mit sieben Jahren habe ich angefangen, beim FSK zu schwimmen. Außerdem bin ich seit ein paar Monaten Trainerassistent in der Schwimmschule, was mir sehr viel Spaß macht. Ich bin Schüler der AVS in Flensburg und gehe in die siebte Klasse. Wenn ich nicht gerade am Schwimmen bin, gehe ich mit meinen Freunden in die Stadt oder zocke mit ihnen. Als Jugendsprecher ist es meine Aufgabe, Konflikte mit TrainerInnen oder anderen SchwimmerInnen zu klären. Also wenn ihr Probleme habt, kommt gern zu mir.

Euer Jugendsprecher Jesse





Aktuelles vom Kampfrichterobmann

Ohne Karis geht es nicht

Am 01.02.2023 startete die Ausbildung für unsere anstehenden "Karis" (KampfrichterInnen), die wie die letzten Jahre auch schon von Dirk Dobrowolski durchgeführt wurde. Dreizehn (meist Eltern von schwimmenden Kindern) haben daran teilgenommen und sind jetzt größtenteils auf dem Weg, ihre praktischen Abschnitte nach bestandener theoretischer Prüfung zu absolvieren.

sieben Jahre alt und schwamm in der Schwimmschule. Deshalb sage ich auch auf diesem Wege Danke für alle, die am Beckenrand stehen und ihre Zeit für die Kinder und die Masters opfern.

Liebe Eltern und Jugendliche ab 14 Jahren: Ich werbe jetzt schon einmal für die nächste Ausbildung zu Beginn des Jahres 2024! Denn je mehr Karis wir haben, um so besser verteilt sich dieser notwendige Job auf viele Schultern. Und wie es überall im Leben ist: Es ist immer ein Geben und Nehmen.

Stefan

Jahresbericht der Jugendwartinnen 2022

Das Jahr im Rückblick

Im Mai 2022 haben wir uns zusammen das erste Mal den Aufgaben der Jugendwartinnen gestellt. Wir haben uns dabei an vorangegangene JugendwartInnen wie Bine und Kiki und Sören und Maike orientiert und ihre Materialien weiter benutzt und abgewandelt.

Als erste Tat wollten wir die Ausrichtung der Jugendfreizeit in Angriff nehmen, welche aufgrund von Corona seit 2020 nicht mehr stattfinden konnte. Leider gab es im Mai so kurzfristig keine freien Plätze mehr auf Sylt, sodass die Freizeit um ein weiteres Jahr nach hinten verschoben werden musste. Als es im Herbst so richtig schön regnerisch und grau draußen wurde, haben wir das erste Mal seit mehreren Jahren einen Besuch im Funpark in Handewitt angeboten. Dieser Ausflug wurde gut angenommen, sodass wir mit 45 Kindern einen schönen Nachmittag im Funpark verbringen konn-

ten. Hierfür geht auch noch der Dank an Lia und Arvid raus, die uns tatkräftig unterstützt haben. Zum Ende des Jahres hieß es dann erneut der Frage nachzugehen, welche Art von Weihnachtsgeschenken die Jugend dieses Jahr erhalten soll. Traditionell gab es immer ein Utensil mit dem Vereinslogo in blau und orange. Da es zuletzt im Jahr 2017 Mützen gab und diese schließlich jede Schwimmerin und jeder Schwimmer in der kalten Jahreszeit vor und nach ihrem/seinem Training gebrauchen kann, haben wir uns für eine neue Version der Mütze entschieden und diese gemeinsam mit dem Nikolaus am 12.12.22 in der Schwimmhalle verteilt. Belohnt wurden wir mit strahlenden Augen, tollen Weihnachtsgedichten und Liedern von Klein und Groß.

Wir freuen uns auf ein weiteres Jahr in unserem Amt mit tollen Momenten und Veranstaltungen!

Nele und Lena



Neuigkeiten aus dem Klubheim

Cocktails, Punsch und Angrillen

Im letzten Jahr konnten wir endlich wieder unser Klubheim zum Leben erwecken, was uns mit einigen schönen Abenden, wie einem Cocktailabend zum Einstand der neuen Klubheimcrew, einem Punschabend, zünftigen Neujahrsumtrunk und Angrillen gelungen ist. Nicht zuletzt auch durch ideenreiche Buffetbeiträge aller, die uns leckere kulinarische Genüsse verschafften. Es wurden lustige und gemütliche Abende mit netten Gesprächen und endlich wieder Gemeinsamkeit.

Ein Highlight im letzten Jahr war unser Vereinsschwimmfest. Nach zwei Jahren Corona-Einschränkungen konnten wir nun endlich wieder ein solches durchführen und haben Dank eines immensen Transport- und Organisationsaufwandes ein wirklich schönes Event auf die Beine stellen können. Es gab in sonniger Atmosphäre tolle Wettkämpfe, ein leckeres Grillbuffet, eine Hüpfburg und kühle Getränke, die wir mit Unterstützung von Stefans Transportfahrten in klubheimeigenen Kühlschränken lagern konnten. Viele Hände und eine tolle Orga haben ein schönes Fest gezaubert, das uns allen in Erinnerung bleiben wird.

Aber im Klubheim wird nicht nur gefeiert, nein auch viele andere Veranstaltungen, wie Vorstandssitzungen, Erste-Hilfe-Kurse, Kampfrichterfortbildungen oder auch vereinsfremde Veranstaltungen finden hier statt. Und nicht zuletzt wird jeder durch den FSK auszurichtende Wettkampf im Klubheim geplant und organisiert und es werden die vielen Vorbereitungen hierfür getroffen.

Ich habe vor circa einem Jahr das Klubheim kommissarisch und nun zur Mitgliederversammlung im März 2023 im Amt übernommen und für mich ist klar, dass wir ohne dieses tolle Team im Vorstand und durch die vielen fleißigen HelferInnen dieses letzte Jahr mit all seinen Herausforderungen nicht hätten so erfolgreich stemmen können. Sei es ein kompletter Neuanfang im Vorstand und im Helfenumfeld, ein großer Wasserschaden sowie Vermieterwechsel im Klubheim mit einigen Problemen ...

Es hat sich gelohnt, wir sind aus "alten Hasen" und "neuen Willigen" zusammengewachsen, was vielleicht auch durch unsere Klubheim-Atmosphäre ein bisschen positiv beeinflusst wurde. Das möchte ich gern mit euch zusammen fortführen. Lasst uns zusammen schöne Abende verbringen, tolle Wettkämpfe planen und auch Veranstaltungen ohne Wasser können viel Spaß bringen, wie Ostereier bemalen für die ganz Kleinen oder oder ... :-)) Lasst das Klubheim ein Ort für ein schönes Vereinsleben sein, dafür möchte ich gern werben. In diesem Sinne grüßt Euch herzlichst eure Klubheimwartin.

Garen Grünwald



Gemeinschaftspraxis



Zahnärzte

**Dr. med. dent.
Heiko Steffens**

**Dr. med. dent.
Daniela Schwedler**

Sprechzeiten		Telefon
Mo., Di. und Do.	7.00 - 19.00 Uhr	0461/ 7 22 33
Mi.	7.00 - 12.00 Uhr u. nach Vereinbarung	
Fr.	8.00 - 12.00 Uhr u. nach Vereinbarung	

Margarethe-Jacobsen-Str.4 • 24955 Hamislee

Mitglieder - Jubiläen

(Stand 1. Mai 2023)

2022

70 JAHRE

Christel Andresen

30 JAHRE

Kay Ahnsel
Silke Ahnsel

25 JAHRE

Sören Treppner

20 JAHRE

Kay Hempel
Detlef Welz

10 JAHRE

Oliver Bachor
Arved Hornschuh
Nikita Koch
Sven Neukirch
Fabienne Pabst
Britta Ries
Preben Thomassen

2023

40 JAHRE

Liane Syring

25 JAHRE

Heike Bahnsen
Lasse Bahnsen
Sören Levsen
Susanne Levsen

15 JAHRE

Claudia Fiebig
Hark Rink

10 JAHRE

Fabian Bratmann
Felicitas Hornschuh
Gerrit Schwedler

Herzlichen Glückwunsch und danke für eure Treue!

Schwimmabzeichen

Dank unserer tollen Trainerinnen Lia, Claudia, Nele und Ulrike
– und natürlich fleißigen und motivierten SchwimmerInnen –
haben sich unsere Mitglieder folgende Abzeichen
erschwommen:

Seepferdchen

Ihor Nestorovych
Luis Wiemken
Anton Wiemken
Ehmi Gräfingschulte
Helena Oldewurtel
Mika Normann
Hylvi Bahrenburg
Line Naggert



Neal Chopra
Aras Mohammad
Paul Freimann
Maximilian Pfister
Jon Fiete Hartwig
Charlotte Sophia Wick
Smilla Hoppe

Bronze

Joost Seeck



Jonna Hencke

Silber

Joost Seeck
Philine Begunk
Alma Andress
Lara Wehlert
Konstantin Oldewurtel
Andreas Lehr



Femke Scheppler
Antonia Wroblewski
Linné Lohse
Romy Paysen
Smilla Hoersch

Gold

Mareike Braun
Amelie Post
Emil Rossen



Josephine Graef
Jana Petri

Herzlichen Glückwunsch und schön, dass ihr dabei seid!

Termine 2023

Datum	Veranstaltung	Ort
15.-27.08.	Sommerferien SH	-
19.-20.08.	DM FW Masters	Argertal
02.09.	INTERSPORT SCHWAGER Swim Cup	Holzminden Freibad
17.-18.09.	Fördepokal	Flensburg
23.-24.09.	Trainertagung	Malente
07.-08.10.	51. Internationales Schwimmfest	Bremen
14.-29.10.	Herbstferien SH	-
04.-05.11.	SHSV KB	Kiel
06.11.	Minimi WK	Flensburg
10.-12.11.	Sydcup	Haderslev
18.11.	BZM Lange Strecken	Flensburg
25.-26.11.	10-Länder-Kampf / Nordvergleich	Dessau
08.-10.12.	30. Internationale Weihnachtsgala	Braunschweig
09.-10.12.	Internationales Winter - Meeting	Bremen
15.-17.12.	Internationales Christstollen - Schwimmfest	Dresden
09.-10.12.	Internationales Weihnachtsschwimmen	Kiel

Neue Pressewartin

Nadine stellt sich vor



Moin,

ich bin Nadine, die neue Pressewartin im FSK. Ich wohne schon seit 20 Jahren in Flensburg und bin vor etwa einem Jahr durch meinen Sohn Finn (FSK 2) zum FSK gekommen. Und auch wenn ich selbst keine Masterschwimmerin bin, könnt ihr mich regelmäßig im Campusbad antreffen. Als Mitglied des erweiterten Vorstands möchte ich vor allem dazu beitragen, den Kontakt zur Presse zu pflegen und zweimal im Jahr die FSK-Aktuell herauszubringen. Ich hoffe, diese Ausgabe hat euch gefallen. Schreibt mir gern eine E-Mail an

presse@flensburger-schwimmklub.de,

wenn ihr Ideen, Anregungen und Wünsche für die FSK-Aktuell habt.

Bis bald,

Nadine



Vielen Dank an die Stadtbackerei Nissen, die uns an Heimwettkämpfen regelmäßig mit leckerem, frischen Laugengebäck unterstützt!

Vorstandsmitglieder

Geschäftsführender Vorstand



1. Vorsitzender

Christian Krämer

1.vorsitz@flensburger-schwimmklub.de



2. Vorsitzender

Stefan Berk

2.vorsitz@flensburger-schwimmklub.de



Schriftwartin

Julia Flüge

protokoll@flensburger-schwimmklub.de

Erweiterter Vorstand



Kassenwart

Thomas Kjærsgaard

geschaeftsstelle@flensburger-schwimmklub.de



Schwimmwartin

Ulrike Thielemann

schwimmwart@flensburger-schwimmklub.de



Masterswartin

Jule Baasch

masters@flensburger-schwimmklub.de



Klubheimwartin

Caren Grünewald

klubheim@flensburger-schwimmklub.de



Pressewartin

Nadine Malich-Bohlig

presse@flensburger-schwimmklub.de

Kampfrichterobmann

Stefan Berk

kampfgericht@flensburger-schwimmklub.de



Jugendwartin

Lena Levsen

jugend@flensburger-schwimmklub.de

Jugendwartin

Nele Büchenschütz

jugend@flensburger-schwimmklub.de

Kontakte

Geschäftsstelle

Thomas Kjærsgaard

geschaeftsstelle@flensburger-schwimmklub.de

Vereinskleidung

Vereinskleidung gibt's bei Sport Möller in der Roten Straße 2, Flensburg

Anfängerschwimmen und Schwimmschule

Ulrike Thielemann

anfaenger@flensburger-schwimmklub.de

schwimmschule@flensburger-schwimmklub.de

FSK-Aktuell

Nadine Malich-Bohlig

presse@flensburger-schwimmklub.de

Jugendarbeit Aktivensprecher

Jesse Berk und Cathy Milena Heuber



Restaurant Cevapcici

Balkan & Europäische Spezialitäten

Travestr. 2, 24943 Flensburg
Tel: (0461) 3154141

...und nach dem Wettkampf ein gutes Essen im Restaurant Cevapcici!

Impressum FSK-Aktuell



Herausgeber

Flensburger Schwimmklub v. 1930 e. V.

Taruper Hauptstraße 70
24943 Flensburg
0461 40681486

info@flensburger-schwimmklub.de
www.flensburger-schwimmklub.de

Satz, Layout und Vertrieb

BÜRO OEDING

BÜROEDING
natürlich clever

Husumer Straße 68
24941 Flensburg
0461 318 51 75

kontakt@buerooeding.de
www.buerooeding.de



Fotos

FSK (m. E. Christian Krämer), Stefan Berk, Ulrike Thielemann

BÜROEDING
natürlich clever



...eine Ausnahme in der

Welt der PR-Agenturen

Aktiv in Flensburg!



Wir lieben unsere Region und freuen uns, den Vereinssport unterstützen und fördern zu können!

Hauke Präger, Private Banking

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.



Mitglied des Vereins
„Die schönste Förde der Welt e.V.“

vrbanknord.de



**VR Bank
Nord eG**