



2023 • AUSGABE 2

DIE VEREINSZEITSCHRIFT DES FLENSBURGER SCHWIMMKLUB

FSK-AKTUELL

WWW.FLENSBURGER-SCHWIMMKLUB.DE

Landesmeisterschaften im Campusbad
Jede Menge Medaillen für den FSK

Schwimmen in der Grenzregion:
Ein deutsch-dänisches Trainingscamp

Bundespräsident
Einladung ins Schloss Bellevue

Sydcup in Haderslev
Endlich war es wieder soweit!

Minimi Wettkampf
6. November 2023 im Campusbad

SAVE THE DATE:

Int. Fördermasters 24.02.2024

Mitgliederversammlung 26.03.2024



FOERDE-FORELLEN



@FLENSBURGER-SCHWIMMKLUB

Vorwort



Liebe Vereinsmitglieder, liebe Leser und Leserinnen.

Nun ist es wieder so weit, die zweite Ausgabe 2023 unserer Vereinszeitschrift FSK-Aktuell liegt vor euch. Ein spannendes Jahr ist nun hinter uns und ein noch viel spannenderes neues Jahr 2024 steht in den Startlöchern. Aber nun gönnen wir uns noch einmal einen Rückblick auf das Vergangene. Neben unseren beiden eigenen traditionellen Wettkämpfen richtete der Flensburger Schwimmklub seit langem wieder zwei Landesmeisterschaften aus. Neben den sportlichen Leistungen unserer eigenen Sportler, die natürlich essenziell sind, geht ein riesengroßes Dankeschön an das Organisationsteam und die zahlreichen ehrenamtlichen Helfer, ohne die wir solch lange Wochenenden nie bestehen könnten.

Aber nicht nur im Leistungsbereich war das Jahr besonders, sondern auch für die kleinen FSK'ler. Der Schwimmabzeichen-Tag im Mai, die lang ersehnte Jugendfreizeit auf Sylt und die Weihnachtsfeier ließen viele Möglichkeiten sich kennen zu lernen. Auf den folgenden Seiten kann man noch einmal die ein und andere Erinnerung aufleben lassen. Für das kommende Jahr wünsche ich uns, dass es so bleibt und wir wieder schöne Erlebnisse miteinander teilen werden. Für jetzt bleibt mir nur, mich zu bedanken und euch allen ein gesundes Neues Jahr, mit viel Schaffenskraft und Glück, zu wünschen.

Viel Freude beim Lesen.

Christian Krämer

Inhaltsverzeichnis

AKTIVITÄTEN

| | |
|---|----|
| SCHEINE FÜR VEREINE | 5 |
| BUNDESWEITER SCHWIMMABZEICHTAG | 6 |
| FSK BEIM LAUF INS LEBEN 2023 | 8 |
| HERBSTFERIEN IN MALENTE | 9 |
| EINLADUNG INS SCHLOSS BELLEVUE | 10 |
| SCHWIMMEN IN DER GRENZREGION | 12 |
| FLENSBURG SAGT DANKE DURCH DIE „ENGAGIERTE STADT“ | 14 |
| MARKT DER MÖGLICHKEITEN AN DER EUF | 16 |
| NIKOLAUSTAG | 17 |
| SYLT-FREIZEIT | 18 |

WETTKÄMPFE

| | |
|--|----|
| WIKING POKAL KIEL 3. JUNI 2023 | 20 |
| NOP FINALE, 4. JUNI | 22 |
| SOMMERWETTKÄMPFE KIEL 10. JUNI 2023 | 23 |
| 22. - 24. JUNI DM FREIWASSER | 24 |
| 8. JULI SHSV LANDESMEISTERSCHAFT ELMSHORN SPRINT UND STAFEL | 25 |
| INT. FÖRDEPOKAL 17.-18.09 | 26 |
| HEIDER HERBSTSCHWIMMEN 23.09 | 27 |
| INT. SCHWIMMFEST BREMEN 8.+9.10 | 29 |

DMMS DER MASTERS IN HH 15.10.23 30
 4./5.11. SHSV KURZBAHN UND JAHRGANGSMEISTERSCHAFTEN --- 34
 11. MINIMI WETTKAMPF 6. NOVEMBER --- 36
 SYDCUP HADERSLEV 10.-12.11 39
 BZM LANGE STRECKEN 8.11 40
 NORDLÄNDERVERGLEICH/9 LÄNDERKAMPF, 25.-26.11 42

INTERVIEW

4 FRAGEN AN 44

INTERNES

WARUM WIR EHRENAMTLICH TRAINING GEBEN 46
 AKTUELLES AUS DEM TRAININGSBETRIEB 48
 NEUES VOM KAMPFRICHTEROBMANN 49
 SPORTMEISTEREHRUNG DER STADT FLENSBURG 50
 SCHWIMMABZEICHNEN 52
 MITGLIEDER – JUBILÄEN 53
 TERMINE 55
 AUFRUF 56
 VORSTANDSMITGLIEDER 57
 AKTUELLE TRAININGSZEITEN IM FSK 60
 KONTAKTE 61
 IMPRESSUM 63

Scheine für Vereine

Im Mai und Juni wurden für unseren Verein wieder fleißig Scheine bei Rewe gesammelt. Mit der Aktion „Scheine für Vereine“ möchte die Supermarktkette Rewe lokale Amateur-Sportvereine unterstützen und ihnen bei der Anschaffung von Sportgeräten und Mannschaftskleidung helfen. Und hier ein ganz großer Dank an alle, die mitgemacht haben! Durch eure Hilfe hat der FSK über 2000 Scheine bekommen!

Diese wurden eingetauscht gegen:

- ein Tablet und eine Lautsprecherbox, damit wir auf Wettkämpfen und im Landtraining mit Musik für Stimmung und Motivation sorgen können
- 20 Schwimnudeln für das Wassertraining und die Schwimmschule
- 20 Gymnastikbänder und 15 Springseile für das Land- und Aufwärmtraining

Nochmals danke an alle und wir hoffen auf eine weitere Aktion „Scheine für Vereine“ im Jahr 2024!

Nadine Malich-Bohlig



Bundesweiter Schwimmabzeichentag

Am 21. Mai 2023 haben wir gemeinsam mit dem TSB die Offensive „Bundesweiter Schwimmabzeichentag“ der schwimmsporttreibenden Verbände unterstützt. Wir wollen, gerade im Land zwischen den Meeren, auf eine fundamentale und nachhaltige Schwimmausbildung aufmerksam machen. Dazu benötigen wir viel Wasserfläche und viele Trainer und Assistenten am Beckenrand. Insgesamt waren zum Schwimmabzeichentag drei Trainer vom FSK (Franka, Lia und Ulrike) und zwei Trainer vom TSB (Sören und Louisa) vier Stunden im Campusbad. Die Stadt Flensburg hat die Veranstaltung finanziell unkompliziert unterstützt, Stephan Kleinschmidt, Stadtrat und Dezernent für Projektkoordination, Dialog und Image, hat sich vor Ort ein Bild von unserem Einsatz gemacht.

Durch den DOSB haben wir ebenfalls eine Unterstützung erfahren. Das Campusbad hat allen Kindern vergünstigten Eintritt gewährt. An diesem Tag haben wir im Campusbad 3x Seepferdchen, 2x Bronze, 8x Silber und 7x Gold abnehmen dürfen. Im Jahr 2024 soll die Aktion ausgeweitet werden – aus dem einen Schwimmabzeichentag werden mehrere Schwimmabzeichentage vom 9.-16. Juni. Mal sehen, ob wir dieses Mal noch mehr Organisationen ins Boot bekommen.

Mehr Infos gibt es hier: <http://schwimmabzeichentag.de>

Ulrike Thielemann



FSK beim Lauf ins Leben 2023

Der 17. und 18. Juni waren wirklich zwei heiße Tage ... und dennoch voller Aktivität. Für 22 Stunden wurde der TSB-Sportplatz an der Eckenerstraße zu einem kleinen Zeltdorf umfunktioniert. Zelte, die als Anlaufstelle für die Läufer dienten, die bei den hohen Temperaturen ihre Runden für den Sponsoren-Lauf um den Platz drehten. Auch hatten die Veranstalter für ein Rahmen- und Showprogramm für Kinder und viel Musik gesorgt. Abends wurden rund um die Strecke Lichter platziert, die dem Lauf bei Dunkelheit noch einen ganz besonderen Charme gaben.

Zwei FSK-Läufer haben hier nachts sogar – während das Zeltdorf schlief – einen Halbmarathon hingelegt. Durchgelaufen wurde bis 11.00 Uhr und dann konnten die Veranstalter schon die Spendensumme von über 50.000,00 EUR zu Gunsten der Schleswig-Holsteinischen Krebsgesellschaft e.V. vermelden! Die Zeit auf dem Sportplatz hat wirklich

viel Freude gemacht, denn es gab viele gute interessante Gespräche und auch vereinsübergreifende Kontakte, die Stimmung war trotz des ernsten Hintergrundes fröhlich, was wir auch in unser tollen „Fan-Kurve“ feststellen, aus der heraus alle vorbeilaufenden Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit viel Applaus angefeuert wurden.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei allen engagierten kleinen und großen Läufern, aber auch bei unseren super Helfern, die uns bei diesem Event tatkräftig zur Seite standen.

Für 2025 ist der nächste „Lauf ins Leben“ geplant; prima wäre es, wenn dann auch wieder die Kinder und Jugendlichen vom FSK an den Start gehen können.

Diana Nainzadeh und Marita Baß



Herbstferien in Malente

Hochmotiviert und mit prall gefüllten Koffern fuhren am 23.10.2023 Maja, Laura, Jennifer, Lasse und Emil aus der FSK 3 zu einem fünftägigen Trainingslager nach Malente. Geladen hatte der SHSV zum Lehrgang für Schwimmerinnen und Schwimmer aus den Jahrgängen 2012 und 2013. Die Zimmer wurden vorab vereinsübergreifend verteilt. Das war für die jungen Sportler kein Problem. Schließlich fanden sie schon auf vergangenen Lehrgängen schnell zusammen. Auch diesmal sollten sie wieder näher zusammenrücken. Der SHSV hatte zwei Wasserzeiten täglich angekündigt. Die Erfahrung ließ aber vermuten, dass es dabei nicht bleiben sollte...

...„Wir hatten am Tag zweimal Schwimmtraining und zweimal Sport in der Budohalle. Meistens gingen wir am Abend nach dem Abendbrot noch einmal dorthin und spielten Merkbball. Das mag ich auch gerne in der Schule spielen. An zwei Tagen gingen wir auch in die Turnhalle zum Athletiktraining. Das Schwimmtraining bei Stefan hat viel Spaß gemacht. Es war viel Techniktraining. Manchmal wurde mir aber auch kalt dabei im Wasser. An einem Nachmittag durften wir zu Penny gehen. Dafür habe ich extra etwas Geld mitbekommen. Am letzten Abend guckten wir alle zusammen einen lustigen Film. In den Osterferien möchte ich wieder nach Malente fahren.“

Am Freitagnachmittag konnten wir Eltern unsere von Muskelkater geplagten und übermüdeten Kinder mit aufgeschürften Knien wieder in Empfang nehmen. Zwei Tage Trainingspause taten den Kindern auch ganz gut.

Maja und Melanie Kjærsgaard



Einladung ins Schloss Bellevue

Es war ein heißer Septembertag in Berlin. Die Luft schwirrte und unsere Abendkleidung klebte an unserer Haut. Die Schuhe drückten sehr, als wir mit all den anderen verschwitzten, gut gekleideten Menschen in einer Menschenschlange standen, um der Einladung von Frank-Walter Steinmeier zu folgen. Der Bundespräsident hatte uns, bzw. nur Ulrike (Ami und ich waren nur Begleitung) zum Bürgerfest in den Schlosspark Bellevue eingeladen.

Vor dem Schloss war eine Sicherheitsschleuse eingerichtet, wo jeder Besucher durchleuchtet wurde. Über den roten Teppich durchs Schloss erreichten wir den wunderschönen, geschmückten Schlosspark. Auf der Bühne spielte ein Orchester und verschiedene Menschen aus Politik und TV hielten tolle Reden über ehrenamtlich Tätige und wie wichtig diese Menschen für unsere Gesellschaft sind.

Wir drei schlenderten durch den Schlosspark und viele ehrenamtliche Organisationen stellten ihre

Arbeit vor; z. B. DLRG, Rotes Kreuz, Feuerwehren und verschiedene Jugendorganisationen.

Streetfood und Sekt sorgten für das leibliche Wohl. Das Catering für 3000 Menschen zu organisieren ohne Einmalgeschirr, fanden wir sehr beeindruckend. Es gab nur sehr wenig Müll.

Wir trafen einige Persönlichkeiten wie Herrn Lauterbach, Bodo Ramelow, YouTube Stars (Annemie klärte uns auf) und natürlich Frank Walter Steinmeier. Bei einem Podcast Interview mit Simple Club konnten wir ein Foto machen. Nachdem Ulrike über Sport und Ehrenamt interviewt wurde, sind wir zurück zur Bühne gegangen, wo ein Konzert von Mia lief. Wir tanzten noch bis in die Nacht und haben barfuß das Schloss verlassen. Es war eine laue Sommernacht in Berlin, ein Fuchs lief uns noch über den Weg. Danke für diesen schönen Abend.

Felicitas Hornschuh



Schwimmen in der Grenzregion: ein deutsch-dänisches Trainingscamp im Rahmen von Interreg

Ein Trainingswochenende mit Svømmeklubben Sønderborg, dem TSB-Schwimmteam und der FSK1 des Flensburger-Schwimmklubs.

Am 9. Und 10. September war es so weit: Startschuss für ein deutsch-dänisches Trainingscamp, gefördert von Interreg und Dank des Bürgerprojektfonds kofinanziert von der Europäischen Union. Klares Ziel: Förderung der deutsch-dänischen Zusammenarbeit u.a. zwischen Vereinen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten und Durchführung von Begegnungen zwischen Kindern und Jugendlichen über die Grenze hinweg. In diesem Falle hieß das: 25 Schwimmer*innen vom Svømmeklubben Sønderborg, FSK und TSB Flensburg trainierten ein Wochenende zusammen. Aber nicht nur Schwimmen stand auf dem Programm: Es wurde den Handballern der SG Flensburg-Handewitt beim Training über die Schultern geschaut, mit Grænseforening mehr über die Minderheiten auf beiden Seiten der Grenze gelernt, im FördeFitness trainiert, mit dem Street-Art-Künstler Eske kreativ gearbeitet und gemeinsam im Hostel Sønderborg übernachtet. Und so hat FSK1-Schwimmerin Julia Wroblewski das Wochenende erlebt:

Die FSK 1 hatte die Möglichkeit bei einem kleinen Trainingslager mit Schwimmern vom TSB mitzumachen sowie mit sechs Schwimmern vom Svømmeklub Sønderborg. Am Samstag trafen wir uns gegen 8 Uhr morgens vor dem Campusbad, um kurz danach mit der ersten Wassereinheit zu starten. Über den Mittag und Nachmittag waren wir im TSB Sportzentrum und haben uns dort weiterhin kennengelernt, mit einem Workshop über die deutsche und dänische Minderheit. Am frühen Abend ging es dann zurück zum Campus-Bad, um dort Pizza zu essen und dann gestärkt in die zweite Wassereinheit zu springen. Nachdem wir dann mit einem großen Reisebus in das Hostel gefahren sind, fielen wir alle total müde ins Bett.

Der zweite und somit auch der letzte Tag fing früh an. Nach unserer ersten Wassereinheit gab es etwas zu Essen und später einen Graffiti-Workshop vor der dänischen Schwimmhalle. Jeder konnte seiner Kreativität freien Lauf lassen und doch kam zum Schluss ein schönes Gemeinschaftsbild heraus. Für die meisten war es die erste Begegnung mit Graffiti, und es hat wirklich riesigen Spaß gemacht. Für die letzte Einheit hatten sich die Trainer verschiedenste Staffeln überlegt mit unterschiedlichsten Schwierigkeitsgraden. Da der Austausch mit den Dänen im Vordergrund stand, war es ein sehr offenes und fröhliches Wochenende, das sehr viel Spaß bereitet hat. Wir freuen uns schon aufs nächste Jahr.“

Nadine Malich-Bohlig



Flensburg sagt Danke durch die „Engagierte Stadt“

In diesem Sommer wurde unsere Schwimmwartin Ulrike, vorgeschlagen vom Sportverband Flensburg und dem Sportbüro, mit ihrer Familie von der Stadt Flensburg für ihre ehrenamtliche Tätigkeit im Schwimmsport geehrt. Hier ist die Laudatio, die in der Vilekulla am 1. September für Ulrike, Lene und Annemie gehalten wurde.

Herzlichen Glückwunsch!

Familie Thielemann

Ulrike Thielemann vom Flensburger Schwimm-Klub ist langjährige Marinesoldatin und Ausbilderin für Nautik. Aktuell ist sie als Lehrerin für Schwimmsport im Rahmen des Programms Perspektivschulen Schleswig-Holstein tätig. Sie ist ferner Schwimmwartin und Mitglied des Vorstands des Flensburger Schwimm-Klub.

Im Jahr 2022 hat sie die Integration von ukrainischen Schwimmern in den Flensburger Schwimm-Klub gefördert, als im Rahmen der Flüchtlingswelle 5 Kinder mit ihrer Trainerin nach Flensburg gekommen waren und im FSK trainierten. Sie hat Anfängerschwimmkurse für benachteiligte Kinder in der Grundschule Fruerlund initiiert und geleitet, organisiert die Schwimmbildung im FSK, arbeitet als Trainerin. Außerdem organisiert sie verschiedene Veranstaltungen wie zum Beispiel die Sommer-Schwimm-Events im Tarper Freibad. Neben ihrer Tätigkeit als Kampfrichterin feiert

Ulrike Thielemann selbst auch sportliche Erfolge, ist engagiert und setzt sich immer für andere ein. Auch in der Corona-Zeit hat sie sehr pragmatisch für Alternativen gesorgt, so dass nicht zu viele Schwimmer den Sport aufgegeben haben. Hierzu hat sie online „Trockenkurse“ entwickelt und durchgeführt, Online Trainings angeboten und besonders die Kinder motiviert, im Verein und dem Sport treu zu bleiben. Besonders benachteiligte Gruppen liegen ihr am Herzen und sie versucht, für diese neue Wege zu finden, um an Aktivitäten teilzunehmen zu können.

Lene und Annemie sind ebenfalls aktive Schwimmerinnen, beide seit ihrem 6. Lebensjahr. Lene trainiert leistungsorientiert in der 1. Mannschaft. Große Erfolge in diesem Jahr waren die Landesmeisterschaften im Freiwasser über 2,5 km und 5 km wird sie 2. und in Norddeutschland 3. Sie ist auch sehr stark bei den Deutschen Meisterschaften Freiwasser in Regensburg gestartet.

Annemie ist in der .3. Mannschaft und ist dort neben dem Schwimmen auch gerne gesehen, weil sie wirklich immer gute Laune hat! Letztes Jahr wurde sie 2. bei den Bezirksmeisterschaften über 800m Freistil.

Wir würden Ulrike gern als „Kümmerin“ bezeichnen und sagen ihr oftmals ...

Danke für ihr Engagement.



Markt der Möglichkeiten an der Europa Universität

Dieses Jahr waren Ulrike und Franka auf dem Markt der Möglichkeiten an der Uni vertreten. Dort haben sie interessierte Studenten und Studentinnen über den Flensburger Schwimmklub informiert. Dabei ging es um unsere Trainingsangebote und Möglichkeiten sowie unser Vereinsleben. Interessenten waren sowohl Schwimmanfänger, wie auch erfahrene Schwimmer. Weiter aufkommende Themen waren, unter anderem unsere zukünftigen Wettkämpfe im Campusbad. Aber auch andere Masterswettkämpfe waren von Interesse. Oft haben sie auch über die Möglichkeiten, einer Trainer*innen Tätigkeit im Verein informiert.

Franka Bräuer



Nikolaustag

Ho ho ho! Das Staunen war groß als Jugendwartin Lena am Nikolaustag ihre Tür öffnete und einen riesigen Sack und eine Nachricht vom Nikolaus vorfand. Dieser wurde eilig woanders gebraucht und hatte daher keine Zeit selber in der Schwimmhalle vorbeizuschauen. Zum Glück wusste der Nikolaus aber aus den letzten Jahren, dass er sich auf Lena und Nele verlassen kann - und natürlich haben wir die Aufgaben sofort angenommen und uns am Nachmittag stellvertretend für den Nikolaus auf in die Schwimmhalle gemacht.

Dort präsentierten die fleißigen Schwimmerinnen und Schwimmer uns tolle Tauch- und Sprungübun-

gen, es wurden Gedichte aufgesagt und gemeinsam schöne Lieder gesungen. Wir sind uns sicher, der Nikolaus hat aus der Ferne zugesehen und sich sehr darüber gefreut.

Am Ende durfte jedes Kind in den großen Sack greifen und ein Geschenk herausholen. Dieses Jahr gab es für alle Kinder eine tolle Tasche, die für die Schwimmbrille und Badekappe aber auch als Federtasche oder zur Aufbewahrung anderer kleiner Dinge verwendet werden kann!

Vielen Dank lieber Nikolaus!
Lena und Nele.

Sylt-Freizeit

Welch große Freude! Nachdem wir auf Grund der Corona Pandemie einige Jahre auf unsere Sylt-Freizeit verzichten mussten, konnten wir uns in diesem Jahr endlich wieder auf dem Weg nach Puan Klent machen! Rund 30 Kinder und Jugendliche haben sich mit Lena, Sören, Lia und Nele in Niebüll mit dem Zug auf nach Sylt gemacht.

In Puan Klent angekommen, haben wir uns als erstes mit einem leckeren Abendbrot gestärkt, bevor es dann ans Beziehen der Zimmer ging. Nach dem jeder ein Bett für sich gefunden hatte, sind wir noch einmal nach draußen gegangen - 30 Namen mussten gelernt werden. Zum Glück war das durch viele verschiedene Spiele eine spaßige Angelegenheit. Besonders viel Freude hatten alle beim „Schrei“-Spiel. Da hat sich bei dem einen oder anderen die Schwimmerlunge ausgezahlt. Die Namen aller zu kennen, wurde am Ende des Tages dann sehr wichtig, denn das sehr beliebte „Mörder“-Spiel wurde eingeführt. Hierbei zieht jeder Teilnehmer eine Person, die er oder sie über das Wochenende hinweg „töten“ muss - solange bis nur noch ein Spieler übrig bleibt.

Am Samstag fand die große Strand-Olympiade statt. 4 Teams kämpften um den Ruhm und die Ehre des begehrten 1. Platzes. Es wurden vielfältige Fähigkeiten benötigt. Die Krebslaufstaffel hat im Sand ordentlich Durchhaltevermögen und Ausdauer gefordert. Beim Zielwurf mussten die Teams ihr

Feingefühl beweisen, damit der kleine Stein auch wirklich im Ring landete.

In der nächsten Disziplin waren fähige Architekten gefragt, denn gewinnen konnte hier nur die höchste Sandburg - welche natürlich mit bloßen Händen erbaut werden musste. Ein gutes Gehör benötigten die Teams beim Blindenlauf. Am Ende hat es aber zum Glück jeder „Blinde“ zu seinem Team zurück geschafft. Das letzte Spiel war der Wassertransport, bei dem das Wasser nur mit dem eigenen Körper transportiert werden durfte. Da alle Teilnehmenden deswegen sowieso schon klitschnass waren, haben wir uns dazu entschieden, das gute Wetter auszunutzen und zum Baden an den Sansibar-Strand zu gehen. Am Abend fand im Gruppenraum die Siegerehrung der Strand-Olympiade statt und wurde von einer gemeinsamen Runde Werwolf gekrönt.

Der letzte Tag begann mit Koffer packen und Zimmer putzen. Nach dem Frühstück ging es zurück nach Westerland, aber wir wollten noch nicht nach Hause fahren! Ein Besuch in der Sylter Welle stand auf dem Tagesplan. Hier wurde fleißig geplantscht, gerutscht und in den Wellen des Wellenbeckens getobt. Mit einem Eis in der Hand haben wir uns anschließend auf den Rückweg zum Bahnhof gemacht.

Lena Levsen



Wiking Pokal

Kiel Mit gleich 21 Aktiven traten wir am Sonnabend, 3. Juni 2023 den Kampf um den Wiking-Pokal in Kiel an. Die Stimmung war gut, die Halle warm. Alle waren motiviert und hatten richtig Bock auf den Wettkampf. Es starteten die 4x100m Freistil Staffeln. Hier waren wir gleich mit 4 Mannschaften am Start. Die erste Mannschaft der Damen belegte mit 57,17 Sekunden Vorsprung den ersten Platz. Das war eine großartige Leistung! Danach startete der Sprintmehrkampf. Auch hier konnten einige unserer Schwimmer/innen einen Pokal in Empfang nehmen:

Jahrgang 2014 weiblich

2. Platz Antonia Wroblewski 249 Punkte

Jahrgang 2013 weiblich

1. Platz Maja Kjærsgaard 1121 Punkte

Jahrgang 2009 weiblich

1. Platz Emiliia Pyzhyk 1969 Punkte

Jahrgang 2008 weiblich

3. Platz Julia Wroblewski 1590 Punkte

Jahrgang 2004-2006 weiblich

1. Platz Cathy Milena Heuber 1857 Punkte

AK 20 weiblich

3. Platz Franka Bräuer 1172 Punkte

Jahrgang 2012 männlich

2. Platz Emil Ernst 603 Punkte

Maja Timmermann



Es war ein erfolgreicher und schöner
Wettkampftag für den FSK



Das Finale des Nord-Ostsee-Pokales

Der Nord-Ostsee-Pokal (NOP) ist der wichtigste Wettkampf für alle 6-9-jährigen in Schleswig-Holstein. In einem Vorkampf qualifizieren sich die besten Schwimmerinnen und Schwimmer jeder Strecke für das große Finale, welches dieses Jahr auf Grund von Bauarbeiten nicht wie gewohnt in Lübeck sondern in Kiel stattfand.

Sechs Schwimmerinnen und Schwimmer vom FSK konnten sich in den Vorkämpfen über eine oder mehrere Strecken durchsetzen und ergatterten so einen der begehrten 18 Startplätze im Finale im Juni. Amelie Post (2014) qualifizierte sich über 50m Schmetterling und 100m Rücken. Im Finale holte sie noch einmal alles aus sich heraus und verbesserte sich auf beiden Strecken um mehrere Sekunden. Benedikt Fiebig (2014) und Lucia Katavic (2016) gingen über 100m bzw. 25m Rücken an den Start und bestätigten jeweils ihre Zeit aus dem Vorkampf.

Rune Pieper und Oskar Rossen (beide 2016) qualifizierten sich direkt über mehrere Strecken und lieferten sich ein enges Kopf-an-Kopfrennen, um die begehrten Punkte in der Mehrkampfwertung. Beide Jungs hielten dabei eisern an ihren Zeiten aus dem Vorkampf fest. Leider wurde Oskar im Laufe des Wettkampfs durch eine Disqualifizierung ausgebremst, erreichte am Ende aber trotzdem einen fantastischen 8. Platz in der Mehrkampfwertung der Jahrgänge 2016/2017. Rune verpasste am Ende das Treppchen ganz knapp und landete mit seinen Punkten auf einem beeindruckenden 4. Platz in der Mehrkampfwertung. Mit diesem Ergebnis können beide Jungs sehr stolz auf ihre großartigen Leistungen sein.

Mieke Kurzhals (2015), die sich über 50m Rücken qualifiziert hatte, fiel leider krankheitsbedingt aus und ist hoffentlich im nächsten Jahr wieder mit dabei.

Nele Büchenschütz



Medaillenregen bei den Sommerwettkämpfen in Kiel

Der FSK war mit einem kleinen Team am 10. Juni bei den 29. Sommerwettkämpfen des Kreisschwimmverbandes Kiel in der Uni-Schwimmbad in Kiel vertreten. Die jungen Aktiven – allesamt aus der FSK 3 – gaben dabei kurz vor Abschluss der Schwimmsaison noch einmal ordentlich Gas und sorgten für viele positive Überraschungen. So fuhr jede(r) Aktive am Ende des Tages mit mindestens vier Medaillen nach Hause. Es war ein erfolgreicher Wettkampftag, der Lust auf die kommende Saison macht

Zur erfolgreichen Medaillenbilanz trugen bei:

Lasse Rottmann: 1 x Gold, 4 x Silber

Laura Timmermann: 2 x Gold, 2 x Silber, 1 x Bronze

Emil Ernst: 2 x Silber, 2 x Bronze

Maja Kjærsgaard: 4 x Gold

Jennifer Nissen: 1 x Gold, 4 x Silber



Deutsche Freiwassermeisterschaften 2023

Vom 22.-24. Juni in Regensburg

Da ich die einzige vom FSK war, die dort starten wollte, habe ich die Möglichkeit bekommen bei dem TSB mitzufahren.

Wir sind bereits am Mittwochvormittag losgefahren und sind ungefähr acht bis neun Stunden nach Regensburg gefahren. Nachdem wir im Hotel eingecheckt haben, sind wir dann noch im Brauhaus Essens gegangen.

Am Donnerstag war der erste Wettkampftag im Guggenberger See. Wir hatten Sonne und es war sehr heiß. Auf dem Programm standen die 10km und 7,5km, weshalb ich an dem Tag keinen Start hatte.

Am Freitag hatte ich meinen ersten Start über die 2,5km. An dem Tag war das Wetter nicht so gut. Es war stürmisch und es hat geregnet. Beim Schwimmen waren ein paar Wellen da, sonst hat man den Regen und Wind kaum gemerkt.

Am nächsten Tag bin ich zum ersten Mal die 5km geschwommen und das Wetter war wieder besser. Die Sonne hat geschienen und es gab keinen Wind, was mir das Schwimmen sehr erleichtert hat. Abends sind wir nochmal im Brauhaus Essen gegangen und am Sonntagmorgen sind wir dann wieder zurückgefahren.

Lene Thielemann



Norddeutsche Meisterschaften Freiwasser

Am 01. und 02. Juli 2023 fanden die 10. Offenen Norddeutschen Meisterschaften im Freiwasser gemeinsam mit den Freiwassermeisterschaften des SHSV, des Hamburger Schwimmverbandes und des Landesschwimmverbandes Niedersachsen in Mölln statt.

Am Samstag regnete es leider dauerhaft. Da der Regen beim Schwimmen selbst zum Glück kaum stört, konnten von Hans-Jürgen, Olaf, Ulrike und Lene auf den 5 km gute Zeiten und Treppchen-Platzierungen errungen werden. Uli konnte sich in einem engen Rennen sogar den 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften in der AK 35 erkämpfen.

Der nächste Tag erwartete uns zwar mit weniger Regen aber mit wesentlich mehr Wind. Es stürmte sogar so stark, dass die DLRG zwischenzeitlich Sicherheitsbedenken äußerte. Die Lage wurde deshalb vom Veranstalter immer wieder neu bewertet.

Die Veranstaltung wurde letztlich aber ohne Unterbrechung bis zum Ende durchgeführt. Bei zum Teil sehr windigem Wetter, was jedoch noch kein Vergleich zu den Norddeutschen Meisterschaften 2022 war, konnten Hans Jürgen, Christian, Diana, Ulrike, Jule und Lene auf den 2,5 km erneut gute Zeiten erreichen.

Alle Teilnehmer konnten mindestens im Rahmen der Landesmeisterschaft und die meisten auch im Rahmen der Norddeutschen Meisterschaft eine Medaille mit nach Hause nehmen. Lene konnte sich hierbei bei einem großen Teilnehmerfeld einen starken 3. Platz im Jahrgang 2009 bei den Norddeutschen Meisterschaften sichern.

Zum Abschluss des Wochenendes folgten noch die Staffeln über dreimal 1,25 km. Hier schlugen Hans-Jürgen, Nele und Uli nur wenige Sekunden hinter der Mannschaft von TuRa Meldorf an und konnten sich einen 2. Platz auf Landesebene sichern. Darüber hinaus konnte Hans-Jürgen einen neuen Landesrekord in der AK 70 über die 5 km und Uli jeweils einen neuen Landesrekord in der AK 35 über die 5 km und 2,5 km aufstellen. Trotz der schwierigen Witterungsbedingungen waren die Norddeutschen Meisterschaften im Freiwasser für uns damit auch in diesem Jahr ein erfolgreicher Wettkampf. Ein großer Dank geht auch an Danny, der den ganzen Sonntag bei ungemütlichem Wetter als Kampfrichter auf einem kleinen Ponton ausharrte.



SHSV-Sprintmehrkampf & Staffelmeisterschaft

Am Samstag, den 08.07.2023, wurden im Elms-horner Freibad der SHSV-Sprintmehrkampf und die Staffelmeisterschaft ausgerichtet. Samstagfrüh um Punkt 9 Uhr standen 25 Teams aus Schles-wig-Holstein im Foyer des Badeparks Elmshorn und warteten auf Einlass. Für diese letzte Meister-schaft vor den Sommerferien hatten sich 308 Schwimmer qualifiziert. Aus dem Flensburger Schwimmklub waren 13 Schwimmer dabei. Bei den drei Staffelstarts erreichte unsere 2. Mannschaft in der Altersklasse 10-13 weiblich den 6. Platz über 4x100m Freistil. Die erste Mannschaft holte über 4x100m Freistil den 3. und über 4x200m Freistil den 2. Platz. In der Abschnittspause waren die Temperaturen nahe der 30 Grad Marke und das Schwimmerbecken wurde kurzfristig für eine Abkühlung genutzt, bevor die Schwimmer wieder an den Startblöcken standen.

Für den Sprintmehrkampf wurden die Ergebnisse aus den 50m Strecken Brust, Freistil, Rücken und Schmetterling berücksichtigt. Hier wurde Maja Kjærsgaard (Jahrgang 2013) SHSV-Jahr-gangs-Sprintmehrkampfmeisterin. Ebenfalls eine Platzierung auf dem Siegerpodest gab es für Jennifer Nissen (Jahrgang 2013). Jennifer erreichte den 3. Platz in ihrer Altersklasse.

Die 14-jährige Emiliia Pyzhyk erreichte den 2. Platz in ihrer Altersklasse und den 8. Platz in der offenen Wertung. Bei unseren männlichen Startern erreichte Lasse Maximilian Rottmann (Jahrgang 2012) den 6. Platz in seiner Altersklasse. Vincent Strauchfuß und Jesse Berk (beide Jahrgang 2009) erreichten den 12. und 13. Platz in der Alterklasse 14 Jahre.

Maja Timmermann



48. Internationaler Fördepokal des FSK am 16. und 17. Sept. im Campusbad – ein gelungener Wettkampf mit vielen Erfolgen und lachenden Gesichtern



43. Heider Herbstschwimmen

Nach der langen Sommerpause war es der erste Wettkampf der Saison auf der 50 m Bahn. Am 23.09.2023 fuhren 14 Schwimmerinnen und Schwimmer zusammen mit Claudia und Alex zum Wettkampf in der Dithmarscher Wasserwelt. Ausgeschrieben waren Spezialisten-Wettkämpfe, bei denen drei Strecken einer Schwimmhalle bzw. 400 m Freistil und 200 m Lagen zusammengefasst und gewertet wurden. Julia musste sich leider abmelden. Allerdings konnte sie die Aktiven vom Beckenrand aus motivieren und anfeuern.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen:

Amelie Post: 1. Platz 100 m Rücken und 200 m Freistil

Antonia Wroblewski: 1. Platz 100 m Brust, 2. Platz 100 m Rücken, 200 m Freistil und 50 m Schmetterling

Benedikt Fiebig: 1. Platz 100 m Rücken und 200 m Freistil, 2. Platz 50 m Rücken

Delia Nainzadeh: 1. Platz 200 m Lagen, 3. Platz 50 m Schmetterling und 100 m Freistil

Emiliia Pyzhyk: 1. Platz 100 m Brust

Lasse Rottmann: 1. Platz 100 m Schmetterling, 50 m Rücken und 100 m Freistil

Emil Ernst: 2. Platz 100 m Schmetterling und 50 m Freistil

Lene Jurine Thielemann: 1. Platz 400 m Freistil

Emil Ernst: 2. Platz 100 m Schmetterling und 50 m Freistil

Lene Jurine Thielemann: 1. Platz 400 m Freistil

Mia Degenhardt: 2. Platz 50 m Schmetterling

Laura Timmermann: 3. Platz 100 m Rücken

Jennifer Nissen: 2. Platz 100 m Brust, 50 m Brust und 100 m Freistil

Maja Kjærsgaard: 1. Platz 50 m Freistil

Melanie Kjærsgaard



51. Int. Schwimmfest Bremen 8. und 9. November 2023

Am Freitag, 06.10., fuhren wir bei strömendem Regen mit einem beim SBV geliehenen Bus und einem Privat-PKW nach Bremen zum Wettkampf. Dort angekommen, bezogen wir, Dank Christoph Rottmanns Organisation, Zimmer in einer Bundeswehrkaserne, was für die Kids schon mal eine willkommene spannende Abwechslung war. Abends gab es dann einen Riesentopf vorgekochte Bolognese mit Nudeln und am Samstag startete ein entspannter Wettkampf.

Auch gab es ein Wiedersehen mit Olga und ihren Kids aus der Ukraine, die angereist waren, um erfolgreich abzuräumen.

Aber auch unsere Schwimmerinnen und Schwimmer sind nicht ohne Erfolge und Medaillen nach Hause gefahren. Als besonders erfolgreich zu erwähnen sind hier unsere Mädels Jennifer, Maja und Emiliia.

Am Sonntag ging es dann auf die Heimreise, mit Hamburg-Sightseeing aufgrund eines gesperrten Elbtunnels und ziemlich müden Kids.

Stefan Berk



Weitere Bilder vom 48. Internationalen Fördepokal





Deutsche Mannschaftsmeisterschaften Masters

Auch in diesem Jahr nahmen wir am 15. Oktober 2023 wieder mit einer großen Mannschaft an den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften der Masters in Hamburg teil. Unsere Mannschaft bestand aus Schwimmerinnen und Schwimmern verschiedener Mastersgruppen des FSK und wurde durch Nicole Petersen vom TSV Schleswig tatkräftig unterstützt.

Norderstedt, die die einzige weitere Mannschaft aus Schleswig-Holstein stellten. Bis kurz vor Ende des Wettkampfs gab es diverse Führungswechsel. Trotz guter Leistungen unserer 14 Athleten konnten die Wasserratten Norderstedt den Landesentscheid mit einem knappen Vorsprung von nur 172 Punkten letztlich für sich entscheiden.

Die gruppenübergreifende Mannschaftszusammensetzung gefiel uns allen an diesem Wettkampf besonders gut. Krankheitsbedingte Ausfälle erforderten zwar kurzfristige Änderungen in der Startreihenfolge, konnten von unserem Team jedoch flexibel aufgefangen werden. Während der gesamten Veranstaltung lieferten wir uns ein Kopf-an-Kopf-Rennen mit den Wasserratten

Unsere positive Stimmung konnte hierdurch aufgrund des insgesamt spaßigen Wettkampftages jedoch nicht getrübt werden. Hervorzuheben ist zudem, dass Uli in der AK 35 über 400m Freistil einen neuen Landesrekord aufstellen konnte. Ein ganz besonderer Dank geht außerdem an Christian, der sich direkt bei Bekanntwerden der Veranstaltung von sich aus als Kampfrichter zur Verfügung stellte.





SHSV Kurzbahn-Meisterschaften und SHSV-Jahrgangsmeysterschaften 2023

Am ersten Novemberwochenende fanden in Kiel die SHSV Kurzbahn- und Jahrgangsmeysterschaften 2023 statt. Der FSK nahm mit einer 9-köpfigen Gruppe teil und brachte folgende Erfolge mit nach Flensburg:

Emilia: 5x Gold, 2x Silber

Maja: 1X Gold 3x Silber, 2x Bronze

Lasse: 2x Silber, 1x Bronze

Lene: 1x Silber, bei 200m L knapp an Bronze vorbei und viele Bestzeiten

Jennifer: 1x Bronze

Julia schwamm bei den 200 Freistil nur knapp an Bronze vorbei und auch **Emil** schrabte einmal knapp an Platz 3 vorbei.

Für alle war es ein tolles Wettkampfwochenende.

Nadine Malich-Bohlig

Minimi Wettkampf

6. November 2023 im Campusbad

Für die Kleinen war es ein großes Ereignis. Als die vielen kleinen Schwimmer in die Halle kamen und uns Kampfrichter mit großen aufgeregten Augen anschauten. Die Trainer haben sich alle sehr um ihre Schwimmer gekümmert, ihnen immer mit sehr viel Geduld erklärt, was sie schwimmen sollen und worauf sie zu achten haben.

Am Startblock war die Aufregung so groß, dass sie vergessen haben, was sie schwimmen sollen. Alle Kinder haben eine tolle Leistung erbracht und ihren Eltern, die stolz von oben zuschauten, gezeigt, was sie alles gelernt haben. Alle Kampfrichter waren sehr geduldig und haben den Schwimmern geholfen, damit der Wettkampf ein Erfolg wird.

Zum Schluss gab es für jeden Schwimmer eine Medaille, die sich jeder Schwimmer redlich verdient hat. Sie waren so stolz, als sie ihre Medaillen entgegen genommen haben. Alle Eltern konnten sich von oben auch schon ein Bild machen, was es bedeutet, als Kampfrichter vor Ort zu sein.

Diana Nainzadeh



Syd Cup Haderslev

Endlich war es wieder soweit!

Vom 10. November bis zum 12. November waren wir wieder beim Syd Cup in Dänemark und starteten mit einem großen Team aus der FSK 1,2 und 3. Am Freitagnachmittag fing der erste Abschnitt an und ging bis spät abends, dennoch war die Stimmung top. Übernachtet wurde in der anliegenden Schule und trotz später Stunde wurde noch viel geredet und gespielt.

Am Samstag ging es früh raus und direkt in die Halle. Es wurden Bestzeiten, Medaillen und Qualifikationen für die Finals am Abend erschwommen. Die Musik spielte die ganze Zeit, man unterhielt sich mit anderen Vereinen oder genoss die Stimmung. Die Highlights waren die Finals am Abend.

Draußen wurde es dunkel und die Finalschwimmer wurden mit einer Lichtershow zum Start begleitet. Dies geschah am Samstag und Sonntag, die Halle bebte jedesmal und so war es kein Wunder, wenn man zum Schluss keine Stimme mehr hatte. Doch wir sind uns alle einig: Obwohl die Halle nicht die größte ist, ist und bleibt der Syd Cup immer etwas Schönes.

Julia Wroblewski



Bezirksjahrgangs- und Mastermeisterschaften der Langen Strecken der Kreise RD-ECK, FL, SL-FL und NF

Dieses Jahr fanden die Bezirksjahrgangs- und Mastermeisterschaften der Langen Strecken im Campus-Bad in Flensburg statt, veranstaltet vom KSV Flensburg/Schleswig-Flensburg. Am 18. November trafen sich gut 160 Aktive aus den Kreisen im Campusbad, und kämpften um die besten Zeiten und Medaillen.

Ergebnisse Bezirksjahrgangs- und Mastermeisterschaften der Langen Strecken der Kreise RD-ECK, FL, SL-FL und NF

18.11.2023, Langbahn, Flensburg

| Name | Jg | M/F | WkNr | Strecke | Typ | Abs. | Zeit | Platz | Rek | Bemerkung |
|----------------------------|------|-----|------|---------|-----|------|----------|-------|-----|-----------|
| Andresen, Ebba | 2013 | W | 12 | 400 F | E | 1 | 08:17,61 | 5 | PBZ | |
| Berk, Jesse | 2009 | M | 1 | 400 L | E | 1 | 05:55,14 | 3 | PBZ | |
| Berk, Jesse | 2009 | M | 7 | 800 F | E | 1 | 11:22,78 | 3 | PBZ | |
| Berk, Jesse | 2009 | M | 13 | 1500 F | E | 1 | 22:12,01 | 5 | PBZ | |
| Berk, Stefan | 1972 | M | 8 | 800 F | E | 1 | 13:35,61 | 1 | PBZ | |
| Berk, Stefan | 1972 | M | 14 | 1500 F | E | 1 | 26:42,55 | 1 | PBZ | |
| Degenhardt, Mia | 2013 | W | 6 | 200 L | E | 1 | abgem. | | | |
| Degenhardt, Mia | 2013 | W | 12 | 400 F | E | 1 | 06:53,30 | 3 | PBZ | |
| Ernst, Emil | 2012 | M | 5 | 200 L | E | 1 | 03:16,11 | 2 | PBZ | |
| Ernst, Emil | 2012 | M | 11 | 400 F | E | 1 | 05:42,01 | 1 | PBZ | |
| Ernst, Emil | 2012 | M | 13 | 1500 F | E | 1 | 23:08,23 | 1 | PBZ | |
| Fiebig, Benedikt | 2014 | M | 11 | 400 F | E | 1 | 09:54,31 | 2 | PBZ | |
| Heuber, Cathy Milena | 2005 | W | 3 | 400 L | E | 1 | abgem. | | | |
| Heuber, Cathy Milena | 2005 | W | 9 | 800 F | E | 1 | abgem. | | | |
| Heuber, Cathy Milena | 2005 | W | 15 | 1500 F | E | 1 | abgem. | | | |
| Kjærsgaard, Maja | 2013 | W | 6 | 200 L | E | 1 | 03:05,67 | 1 | PBZ | |
| Kjærsgaard, Maja | 2013 | W | 12 | 400 F | E | 1 | 05:50,75 | 1 | PBZ | |
| Lund, Mika | 2010 | M | 5 | 200 L | E | 1 | abgem. | | | |
| Lund, Mika | 2010 | M | 13 | 1500 F | E | 1 | abgem. | | | |
| Nainzadeh, Delia | 2007 | W | 3 | 400 L | E | 1 | abgem. | | | |
| Nainzadeh, Delia | 2007 | W | 9 | 800 F | E | 1 | abgem. | | | |
| Nainzadeh, Delia | 2007 | W | 15 | 1500 F | E | 1 | abgem. | | | |
| Nainzadeh, Diana | 1978 | W | 16 | 1500 F | E | 1 | 26:57,97 | 1 | PBZ | |
| Nissen, Jennifer | 2013 | W | 6 | 200 L | E | 1 | 03:13,99 | 2 | PBZ | |
| Nissen, Jennifer | 2013 | W | 12 | 400 F | E | 1 | 06:16,25 | 2 | PBZ | |
| Pyzhyk, Emiliia | 2009 | W | 3 | 400 L | E | 1 | 05:31,28 | 1 | PBZ | |
| Pyzhyk, Emiliia | 2009 | W | 9 | 800 F | E | 1 | 10:20,75 | 1 | PBZ | |
| Pyzhyk, Emiliia | 2009 | W | 15 | 1500 F | E | 1 | 19:48,02 | 1 | PBZ | |
| Rottmann, Lasse Maximilian | 2012 | M | 5 | 200 L | E | 1 | 03:11,32 | 1 | PBZ | |
| Rottmann, Lasse Maximilian | 2012 | M | 11 | 400 F | E | 1 | 05:50,87 | 2 | PBZ | |
| Rottmann, Lasse Maximilian | 2012 | M | 13 | 1500 F | E | 1 | 23:38,23 | 2 | PBZ | |
| Rubahn, Katharina | 1964 | W | 10 | 800 F | E | 1 | 15:20,65 | 1 | SBZ | |
| Strauchfuß, Charlotte | 2013 | W | 6 | 200 L | E | 1 | 03:52,52 | 3 | PBZ | |
| Strauchfuß, Charlotte | 2013 | W | 12 | 400 F | E | 1 | 07:04,92 | 4 | PBZ | |



Wettstreit der Besten

Am 25.11.2023 fand der 9-Ländervergleich in der Schwimm- und Sprunghalle im Europasportpark (SSE) in Berlin statt. Es starteten für jedes teilnehmende Bundesland die zwei schnellsten Schwimmer/-innen der Jahrgänge weiblich 2014 bis 2012 und männlich 2012 bis 2010 auf den einzelnen Strecken. Vom Flensburger Schwimmklub wurde hierfür Maja Kjærsgaard (Jahrgang 2013) aus der FSK 3 in die Landesauswahl von Schleswig-Holstein berufen. Maja durfte über die Strecken 100 m Schmetterling und 100 m Freistil sowie für die 12 x 50 m Lagenstaffel an den Start gehen.

Zuvor aber wurde gemeinsam als Team Schleswig-Holstein in einem Hotel übernachtet und sich auf den Wettkampf eingestimmt. Auch wenn die Nacht etwas kürzer war, der guten Stimmung unter den Mädchen aus dem Jahrgang 2013 tat dies keinen Abbruch.

Maja musste als erstes über die 100 m Schmetterling an den Start gehen. Ihre Erleichterung über die erzielte persönliche Bestzeit von 01:26,23 war groß und die Freude über das Erreichen des dritten Platzes noch größer. Dieser Erfolg war vielversprechend für ihren zweiten Einzelstart. Über die 100 m Freistil lieferte sich Maja ein mitreißendes Rennen. Sie konnte am Ende in einer persönlichen Bestzeit von 01:11,57 knapp geschlagen als Zweite ansetzen. Diese Bilanz konnte sie mit einer tollen Leistung in der Lagenstaffel abrunden, in der die Mannschaft Rang sechs belegte. Der 9-Ländervergleich bot den Kindern die Gelegenheit, die Konkurrenten aus anderen Bundesländern zu sehen und ihre Fähigkeiten auf nationaler Ebene zu



demonstrieren. Die SSE, in der bereits viele nationale und internationale Wettkämpfe ausgetragen wurden, machte diesen Wettstreit zu einem ganz besonderen Erlebnis. So konnte das Team Schleswig-Holstein mit einem sechsten Platz in der Mannschaftswertung zufrieden die Heimreise gen Norden antreten. Bei Interesse kann der Stream unter: www.youtube.com/watch?v=n99fCDV5D_c aufgerufen werden.

Melanie Kjærsgaard



9-Ländervergleich in Berlin

www.sze-schwimmen.de



Hier ist eine neue Rubrik, in der wir zukünftig in jeder FSK-Aktuell einer dem Verein in besonderer Weise verbundenen Person ein paar Fragen zu Aufgaben, Erlebnissen und Vereinsleben stellen möchten. Los geht es mit ...

4 Fragen an ...

Joachim Orth, Sprecher auf den Wettkämpfen.



Sprecher – was ist das eigentlich? Was sind deine Aufgaben?

Der Sprecher ist eine Funktion im Rahmen der Wettkampfrichter eines Wettkampfs. Im Grunde beginnt es mit der ersten Aufgabe, der Beckenfreigabe zum Einschwimmen. Die Mannschaften wissen das aber, so dass man in der Regel darauf verzichtet. Dann kommen die Basisansagen: Keine Glasflaschen oder -behälter und keine Straßenschuhe in der Halle und das Wichtigste, bitte darauf achten, dass die Lüftungsschlitze an den Fenstern freibleiben, weil sonst die Luft in jeder Halle kurzfristig unerträglich wird. Anschließend werden die Kampfrichter zur Besprechung für den ersten Abschnitt zum Treffpunkt gerufen. Nach dieser Besprechung wird das Becken geräumt und

es geht weiter mit der offiziellen Begrüßung zum Wettkampf, wenn das nicht der Vorsitzende oder sportliche Leiter des Vereins macht. Es folgt der Aufruf zum ersten Abschnitt, wenn alle Kampfrichter auf ihren Plätzen sind. Dazu werden der erste Wettkampf, der Lauf und die einzelnen Bahnen mit Name und Verein der Startenden aufgerufen. Während dem laufenden Wettkampf werden noch die ein oder andere Disqualifikation mit Zeitpunkt der Ansage (mit Notiz von Uhrzeit und Unterschrift auf der Disqualifikation) und der Aushang des Protokolls mit Uhrzeit angesagt. Je nach Absprache gibt es dann vielleicht auch Siegerehrungen, die dann im laufenden Wettkampf eingebaut werden. Dabei gilt es zu beachten, dass man die laufenden Starts nicht stört, den nächsten Laufaufruf nicht verpasst und möglichst keine Disqualifikation vergisst. Zum Abschnittsende folgt dann der Dank an die Teilnehmer und Kampfrichter und nach Absprache mit dem Schiedsrichter die Beginnansage für den zweiten Abschnitt. In diesem geht es bis auf die Begrüßung wie oben beschrieben ab. Hier in Schleswig-Holstein gibt es die weitere Aufgabe, dass der Sprecher das Protokoll vor dem Aushang auch unterschreibt.

Theoretisch muss man als Sprecher Kampfrichter sein und im Ausbildungsplan gibt es wohl einen Sprecherlehrgang, den man besuchen sollte. In über 30 Jahren habe ich allerdings noch nie einen angeboten bekommen, vermutlich hat es noch nie einen gegeben.

Unterstützung für den Sprecher gibt es in der Regel vom Starter, der auf den korrekten Lauf

hinweist, falls man mal einen Lauf zu früh oder zu spät angesagt hat, und den Co-Sprecher oder eine helfende Hand, die Musik einspielt oder Papiere weiterreicht, gerade bei den Kurzstrecken.

Wie bist du zum FSK gekommen?

Meine Tochter ist Anfang der 2.000er als Studentin nach Flensburg gekommen und war beim FSK als Trainerin. Damals waren wir dann ab und zu im Klubheim am Bahnhof. Als meine Frau und ich dann 2019 nach Weding gezogen sind und meine Enkel begannen, beim FSK zu schwimmen, habe ich dann angeboten, den Sprecher zu machen und bin inzwischen Mitglied beim FSK. Man hat mich mit offenen Armen empfangen und es macht Spaß, mit dem Organisationsteam zu arbeiten, in dem immer noch Menschen aktiv sind, die schon vor 20 Jahren dabei waren.

Seit wann bist du Sprecher und wo warst du schon überall aktiv?

Angefangen habe ich 1970, also vor über 50 Jahren, als DJ in der Schule und in der katholischen Jugend. Mein erster Co-DJ ist heute Innenminister des Landes Nordrhein-Westfalen. Mit meinem späteren Trauzeugen hatte ich dann eine mobile Disko und habe Lautsprecheranlagen für Veranstaltungen aufgebaut, z.B. im Motorsport, Reitsport, bei Sommerfesten und Verkaufsveranstaltungen. Im Motorsport waren wir primär im Rheinland unterwegs und ich hatte sehr schnell Anfragen, ob ich nicht auch ansagen könnte. Dabei habe ich dann beim Automobilslalom Rennen bis zu Läufen der deutschen Meisterschaft gesprochen, bei Fußballturnieren meines Sohnes und Schwimm-

wettkämpfen meiner Tochter beim Leichlinger Schwimmverein. Dort habe ich bis 2019 fast jeden Wettkampf mitgemacht. Nachdem mein Sohn Sport studierte und dann die Trainerlaufbahn eingeschlagen hat, war ich mit ihm u.a. in Hamm und bei der SG Mönchengladbach bei Schwimmwettkämpfen. Extern des Sports war ich mit einem Herrenballett im Karneval auf Tour und habe mehrere Jahre den Karnevalszug in meiner Heimatstadt kommentiert.

Was war dein lustigstes oder verrücktestes Erlebnis?

Da gibt es einige. Schräg war es im Motorsport bei verschiedenen (Fast-)Unfällen oder einem Erlebnis mit Mike Krügers Nase bei einem Stadtfest. Mein persönliches Highlight ist aber eine Stadionführung im alten Wembley-Stadion, bei der ich die Tour Führer an allen Stationen übersetzen durfte, von der Sicherheitszentrale über die Kabinen bis in die oberen Ränge des Stadions. Auch wenn es nur ein Teil der ganzen Lautsprecheranlage war, mit der auch der berühmte Wembley-Roar eingespielt werden konnte, kann ich nun ungelogen behaupten, dass ich auch schon im Wembley-Stadion gesprochen habe. Nachher kam übrigens ein Kölner Fan zu mir, der nicht zu unserer Gruppe gehörte und bedankte sich. Im breitesten Kölsch sagte er, ohne mich hätte er kein Wort verstanden.

Vielen Dank!



Warum wir ehrenamtlich Training geben

Wir haben viele sehr engagierte Trainer im Verein. Sie nehmen viele Mühen auf sich, um Training zu geben und fühlen sich gut dabei. Doch was ist es, was jeden da so antreibt, um trotz widriger Wetterverhältnisse und drängender anderer Arbeiten jede Woche am Beckenrand zu stehen? Hier ein paar Aussagen unserer Trainer, die etwas von dem weitergeben, was sie antreibt und mit Freude dabei sein lässt.

Ich bin gern Trainer, weil ich das Ganze aus drei Perspektiven selbst erlebt habe und erlebe. Durch meine erste Perspektive als Sportler, kann ich mich sehr gut in meine Sportler hineinversetzen, wie sie sich fühlen, egal ob bei Misserfolg oder Erfolg und sie entsprechend dabei unterstützen damit umzugehen.

Durch die zweite Perspektive als Trainer, versuche ich dass sie, ständig an ihrer Technik feilen und lernen ihre Grenzen zu verschieben, um Erfolgserlebnisse zu schaffen. Dabei ist aber schnell klar geworden das es kein Schema F gibt.

Die dritte Perspektive ist die aus der Sicht eines Vaters, dessen Tochter selbst geschwommen ist, was mir hilft, wenn der ein oder andere mal emotional überreagiert. Egal ob Sportler oder auch Eltern. Beide Seiten sind mir gut bekannt. Insgesamt ist die Herausforderung, alles unter einen Hut zu bekommen, das Training mit seinen Umfängen, die Schule, die Eltern und vor allem die Kids.

Die größte Motivation für mich ist aber mitzuerleben wie meine Sportler sich freuen, wenn sie sich verbessert haben.

Katharina Rubahn

"Es macht Freude und auch stolz zu sehen, wie auch Erwachsene Fortschritte im Schwimmen machen und stolz darauf sind. Jeder Fortschritt wird gefeiert und bringt ein Stück Glück. Der Zusammenhalt untereinander ist wunderbar und hat was von Familie. Es ist motivierend am Beckenrand zu stehen und anderen helfen zu können. Darauf möchte ich nicht verzichten."

– Katharina Rubahn

"Zu wissen, dass die Zeit, die man in die Kinder und das Training investiert, so wertvoll angelegt ist- schließlich ist sicheres Schwimmen lebensrettend! Zu fühlen, wie es ist, wenn einem uneingeschränkt Vertrauen entgegengebracht wird. Sei es beim Sprung ins Wasser oder beim Abgeben der Kinder am Drehkreuz- gebraucht und gewertschätzt zu werden, bedeutet mir viel! All die Planung und Organisation von Veranstaltungen und Ausflügen lohnen sich in dem Moment, in dem ich die Kinder strahlen und lachen sehe- darum mache ich es gerne, auch immer wieder aufs Neue!"

– Lena Levsen

"Zu sehen, wie Kinder über sich selbst hinauswachsen und einen stolz anschauen, wenn sie ihr Seepferdchen geschafft haben das gibt mir so viel zurück!"

– Alex Pedrosa

"Es macht mir einfach Spaß zu sehen, wie man gemeinsam mit den Kindern hart arbeiten kann und dann super Ergebnisse erzielt. Insbesondere das Lächeln nach einem erfolgreichen Wettkampf motiviert mich immer wieder zum Training zu gehen und mit ihnen weiter hart zu arbeiten."

– Michael Schulze

"Ich bin Trainerin im FSK, weil ich mich gerne ehrenamtlich engagieren möchte. und durch meine Erfahrungen im Schwimmen im Verein diese Möglichkeit bekommen habe. Es ist schön andere Schwimmer zu trainieren und zu sehen, wie viel Spaß dieser Sport bringt."

– Nele Pohl



Aktuelles aus dem Trainingsbetrieb: Woher bekommt unser kleiner Verein bloß mehr TrainerInnen?

Unsere Schwimmkurse sind immer ausgebucht, die Warteliste dafür ist nach wie vor gut gefüllt. Die Schwimmschule kann sich vor Anfragen kaum retten. Auch bei den Masters sind die Bahnen gut ausgelastet. Wir könnten viel mehr Bahnen füllen, es gibt dennoch limitierende Faktoren, die uns dies nicht oder nur schwierig ermöglichen: zum einen die Wasserfläche und zum anderen die TrainerInnen. Die Wasserfläche ist eine wichtige Säule des Trainingsbetriebs, neben dieser sind TrainerInnen und ÜbungsleiterInnen essenziell für die Schwimm- ausbildung.

Der Sport in Deutschland wird überwiegend durch ehrenamtlich engagierte Menschen gestaltet. In den letzten Jahren ist es jedoch immer schwieriger geworden, diese für ein Engagement am Beckenrand oder im Verein zu gewinnen. Das stellt uns vor große Herausforderungen: Wettkämpfe wollen organisiert werden, Vereinsfeste geplant und durchgeführt und natürlich ist die größte Aufgabe

des Teams, das Vereinsleben und den Trainingsbetrieb aufrecht zu erhalten. Wir würden uns sehr freuen, wenn wir am oder im Becken, gerne auch bei organisatorischen Dingen und auch im Vereinsalltag mehr Unterstützung bekommen könnten.

Sprecht mich im Campusbad gerne an oder schreibt mir eine Mail, wenn ihr Interesse habt. Engagieren sich viele Menschen, verteilt sich die Arbeit auf viele Schultern. Die Arbeit im Verein ist sehr bereichernd, weil man aktiv das Vereinsleben mitgestalten kann und täglich spürt, dass man Teil eines großen Miteinanders ist. Insbesondere die Tätigkeit am Beckenrand finde ich sehr schön, wenn ich die Schwimmhalle betrete, wuseln überall kleine und große Wasserflöhe und freuen sich auf das Training! Mich freut es zu sehen, wie die SchwimmerInnen an den Herausforderungen des Schwimmens wachsen, sich überwinden und entwickeln.

Ulrike Thielemann



Neues vom Kampfrichterobmann

Hallo Zusammen,

als allererstes ist es mir wichtig, Euch DANKE zu sagen, für Eure Kampfrichtereinsätze und auch für Eure Hilfe bei von uns auszurichtenden Wettkämpfen, sei es beim Auf- und Abbau, bei der Technik, Kilometer als Läufer, Verpflegungsposten und und und... Ich wiederhole mich da wirklich gerne und werde dessen auch nicht müde: Ohne Euch alle würden wir diese schönen Wettkämpfe, wofür uns wirklich andere Vereine immer wieder loben, nicht stemmen können. Und es ist auch wichtig, dass wir diese Wettkämpfe als Verein ausrichten können, denn diese bescheren uns sehr wichtige Einnahmen für die Vereinsarbeit. Ich bin jedes Mal froh und dankbar, mich auf Euch verlassen zu können!

Am 07.11.2023 hat Dirk Dobrowolski die jährliche Kampfrichterfortbildung in einer schönen und launigen Atmosphäre durchgeführt. Er hat uns alle wieder für die nächsten Einsätze auf den neuesten Stand gebracht. ABER: auch hier werde ich nicht müde, zu erinnern :-). Es wird mit absoluter Sicherheit wieder eine Kampfrichterausbildung für alle interessierten Eltern von kleinen Wettkampfschwimmern und auch für unsere Großen (Masters) und natürlich auch für unsere aktiven Schwimmer ab 14 Jahren, geben.

Hier ist wie auch in den letzten Jahren Anfang 2024 die Ausbildung geplant, genaue Daten bekommen wir noch.

Nur keine Scheu, schwimmerische Vorkenntnisse haben die meisten Karis vor der Ausbildung auch nicht gehabt, es ist immer noch kein Hexenwerk, und seht einfach auch den Vorteil, Eure Kids bei den Wettkämpfen zu begleiten. Und natürlich geht die Rechnung wunderbar auf: Je mehr Karis wir haben, um so weniger Einsätze fallen für die Einzelnen an. Dies gilt insbesondere für die kleineren Wettkampfschwimmer.

Also ... sprecht mich gerne an, wenn Ihr Fragen habt und na klar, wenn Ihr Euch anmelden möchtet. Ich kümmere mich um alles Weitere und versorge Euch dann möglichst zeitnah mit den notwendigen Infos.

Ihr könnt mich über E-Mail (kampfgericht@flensburger-schwimmklub.de) anschreiben oder einfach persönlich in der Halle ansprechen. Ich bin eigentlich regelmäßig Montag, Mittwoch und Freitag abends in der Halle.

Euer Kari-Obmann Stefan





Sportmeisterehrung der Stadt Flensburg

Flensburger Schwimmklub v. 1930 e.V

Für ihre sportlichen Erfolge 2022 wurden im November folgende Aktive unseres Vereins von der Stadt Flensburg geehrt und konnten sich über Medaillen und Urkunden freuen:

| | | |
|---------------------|--------|---|
| Lene Thielemann | Bronze | 2. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften im Freiwasser über 2500m Freistil |
| Emilia Pyzyk | Silber | 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften über 200m Lagen |
| Elias Ernst | Silber | 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften über 200m Freistil |
| Andra Bejenaru | Silber | 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften über 100m Schmetterling |
| Tassilo Fräßdorf | Bronze | 2. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften über 200m Schmetterling |
| Sören Levsen | Silber | 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften im Freiwasser über 2500m Freistil |
| Hans-Jürgen Diel | Silber | 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften im Freiwasser über 2500m Freistil und 5000m Freistil |
| Felicitas Hornschuh | Silber | 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften über 50m Rücken und 100m Rücken |
| Ulrike Thielemann | Silber | 1.Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften über 100m Brust und 400m Lagen und 1. Platz bei den Norddeutschen Meisterschaften im Freiwasser über 2500m Freistil und 5000m Freistil |



HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH – ihr seid super!

Schwimmabzeichen

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

Seepferdchen

Mikkel
Alma
Robin
Juna
Adele



Bronze

Ihor
Antonia
Layla
Charlotte
Lilian
Nike
Alma



Silber

Leonie



Mitglieder – Jubiläen

(Mai-Dez 2023)

70 JAHRE
Johannes Staats

55 JAHRE
Volkert Jürgensen

25 JAHRE
Heike Bahnsen
Lasse Bahnsen
Sören Levsen
Susanne Levsen

15 JAHRE
Claudia Fiebig
Gabriele Rojek
Hark Rink

10 JAHRE
Andreas Oeding-Winks
Dora Paraknewitz
Elias Ernst
Greta Marike Korn
Julia Wroblewski
Louisa Marie Obermark
Oskar Rossen
Torben Jung Laursen

Herzlichen Glückwunsch und schön, dass ihr dabei seid!

Herzlichen Glückwunsch und danke für eure Treue!

Eine neue Strömung ist entstanden: Im FSK wird nun (probeweise erstmal bis Mai 24) Wasserball angeboten!



Wasserballtraining für alle Altersgruppen! Montags von 15:15 bis 17:00 Uhr und Dienstags von 18:15 bis 20:00 Uhr.

Voraussetzung: Schwimmen können. Unter der Anleitung erfahrener Trainer wie Claus Hendrik Martens, Lia Konstantin und Eduardo Roman Nissen entdeckst du die Faszination des Wasserballsports. Wasserball ist Wassersport voller Dynamik und Teamgeist! 2 Mannschaften kämpfen im Schwimmbecken um Tore, kombinieren Geschicklichkeit mit Ausdauer und Kraft und erleben eine Verbindung von Taktik, Action und Begeisterung im Wasser.

Tauche ein, sei dabei – egal, ob du ein erfahrener Sportler bist oder dich einfach mal ausprobieren möchtest. Herzlich willkommen im Team! 🏊🇩🇪

waterpoloflensburg@gmx.de



Termine 2024

| Datum | Veranstaltung | Ort |
|---------------|--------------------------|-----------------|
| 24.02. | Förde- Masters | Flensburg |
| 24.-25.02. | NDM Lange Strecken | Rostock |
| 09.-10.03. | NDM Masters | Berlin |
| 16.-17.03. | Neptun- Schwimmfest | Kiel |
| 26.03. | Mitgliederversammlung | Oase, Flensburg |
| 02.-19.04. | Osterferien | |
| 19.-21.04. | Gothar & Friends | Magdeburg |
| 20.-21.04. | Bille-Cup | Itzehoe |
| 04.-05.05. | SHSV Landesmeisterschaft | Kiel |
| 11.-12.05. | NDM SMK | Potsdam |
| 09.-12.05. | Swimcup | Esbjerg (DK) |
| 22.-26.05. | DJM | Berlin |
| 14.-16.06. | NDM offen Klasse | Berlin |
| 20.-22.06. | DSV Freiwasser | ??? |
| 13.-14.07. | SHSV Sprint | Elmshorn |
| 22.07.-31.08. | Sommerferien | |
| 28.-29.09. | Förde-Pokal | Flensburg |
| 12.-13.10. | SHSV KB | Kiel |
| 18.-20.10. | Neptunschwimmfest | Rostock |
| 06.-08.12. | Weihnachtsgala | Braunschweig |

Aufruf

Wer hilft mit und plant mit uns ein Vereinschwimmfest im Sommer 2024?

Auch wenn die Temperaturen gerade eher zu Tee und warmem Ofen einladen – der nächste Sommer kommt bestimmt! Und da möchten wir wieder mit euch allen ein schönes Schwimmfest ausrichten, vielleicht wieder im Freibad in Tarp mit Familienwettkämpfen, Spielen, Verpflegung und allem, was sonst noch zu einem tollen Sommerfest dazu gehört.

Schon jetzt rufen wir darum auf, sich bei uns zu melden, wenn du/ihr Teil des Organisationskomitees werden und uns bei der Planung unterstützen möchtet.

Meldet euch mit einer kurzen Mail bitte bei Julia unter: protokoll@flensburger-schwimmklub.de.

Danke!

Vorstandsmitglieder

Geschäftsführender Vorstand



1. Vorsitzender

Christian Krämer

1.vorsitz@flensburger-schwimmklub.de



2. Vorsitzender

Stefan Berk

2.vorsitz@flensburger-schwimmklub.de



Kassenwart

Thomas Kjærsgaard

geschaeftsstelle@flensburger-schwimmklub.de



Schwimmwartin

Ulrike Thielemann

schwimmwart@flensburger-schwimmklub.de



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



Schriftwartin

Julia Flüge

protokoll@flensburger-schwimmklub.de

Pressewartin

Nadine Malich-Bohlig

presse@flensburger-schwimmklub.de

Kampfrichterobmann

Stefan Berk

kampfgericht@flensburger-schwimmklub.de

Erweiterter Vorstand



Masterswartin

Jule Baasch

masters@flensburger-schwimmklub.de

Klubheimwartin

Caren Grünwald

klubheim@flensburger-schwimmklub.de

Jugendwartin

Lena Levsen

jugend@flensburger-schwimmklub.de

Jugendwartin

Nele Büchenschütz

jugend@flensburger-schwimmklub.de

Aktuelle Trainingszeiten im FSK

Masters:

Masters 1/LG – Trainer Michael

Montag: 19:00 - 21:00 Uhr

Mittwoch: 20:00 - 21:30 Uhr

Donnerstag: 19:00 - 21:00 Uhr

Masters 2 – Trainer Delia / Nele P. / Katharina

Montag: 20:00 - 21:00 Uhr (alle)

Mittwoch: 19:00 - 20:00 Uhr (Teil 1)

20:00 - 21:00 Uhr (Teil 2)

Masters Technik – Trainerin Katharina

Montag: 19:00 - 20:00 Uhr

Masters Gesundheit:

Montag, Mittwoch: 20:00 - 21:00 Uhr

Freies Training mit Aufsicht von Delia:

Freitag: 20:00 - 21:00 Uhr

Probeschwimmen nach Rücksprache über

masters@flensburger-schwimmklub.de

Wasserball (Probephase) mit Hendrik:

Montag: 16:00 - 17:00

Dienstag: 19:00 - 20:00 Uhr

Probetraining: waterpoloflensburg@gmx.de

Jugend:

FSK1 – Trainer Michael/Alex

Montag: 18:00 - 19:00 Uhr, Landtraining (L)
19:00 - 21:00 Uhr, Wasser (W)

Dienstag: 17:00 - 19:00 Uhr

Mittwoch: 16:30 - 17:30 Uhr (L)

18:00 - 20:00 Uhr (W)

Donnerstag: 19:00 - 21:00 Uhr

Freitag: 16:00 - 18:00 Uhr

FSK2 – Trainer Christian

Montag: 19:00 - 20:00 Uhr

Dienstag: 17:00 - 19:00 Uhr

Mittwoch: 18:30 - 20:00 Uhr

Donnerstag: 17:30 - 19:00 Uhr

FSK 3 – Trainer Alex

Montag: 17:00 - 19:00 Uhr

Mittwoch: 16:00 - 18:00 Uhr

Donnerstag: 16:00 - 17:30 Uhr

Freitag: 15:15 - 16:00 Uhr (L)

16:00 - 18:00 Uhr (W)

Fitness-Jugend – Trainer Christian:

Montag, Mittwoch: 18:00 - 19:00 Uhr

Anmeldung zum Probetraining unter:

schwimmschule@flensburger-schwimmklub.de

Schwimmschule:

S1 – Trainerin Dana

Montag, Dienstag, Mittwoch: 17:00 - 18:00 Uhr

S2 – Trainerin Kiyana

Montag, Mittwoch: 17:00 - 18:00 Uhr

S3 – Trainerin Claudia

Montag: 17:00 - 18:00 Uhr

Mittwoch: 16:00 - 17:00 Uhr

Freitag: 15:15 - 16:00 Uhr (L)

16:00 - 17:00 Uhr (W)

FSK-Einstieg – Trainerinnen Lia, Ulrike

Anfängerkurse:

Montag: 16:00 - 17:00 Uhr

Mittwoch: 16:00 - 17:00 und 17:00 - 18:00 Uhr

Anmeldung: anfaenger@flensburger-schwimmklub.de

Kontakte

Geschäftsstelle

Thomas Kjærsgaard

geschaeftsstelle@flensburger-schwimmklub.de

Anfängerschwimmen und Schwimmschule

Ulrike Thielemann

anfaenger@flensburger-schwimmklub.de

schwimmschule@flensburger-schwimmklub.de

Vereinskleidung

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

FSK-Aktuell

Nadine Malich-Bohlig

presse@flensburger-schwimmklub.de

Jugendarbeit Aktivensprecher

Jesse Berk und Cathy Milena Heuber

Gemeinschaftspraxis



Zahnärzte

Dr. med. dent.
Heiko Steffens

Dr. med. dent.
Daniela Schwedler

Sprechzeiten

Mo., Di. und Do.
Mi.
Fr.

7.00 - 19.00 Uhr
7.00 - 12.00 Uhr u. nach Vereinbarung
8.00 - 12.00 Uhr u. nach Vereinbarung

Telefon

0461 / 7 22 33

Margarethe-Jacobsen-Str. 4 • 24955 Harlsee

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

BÜROEDING
natürlich clever

BÜRO OEDING
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,
Alex Pedrosa
Melanie Kjærsgaard

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**