



2025 • AUSGABE 2

DIE VEREINSZEITSCHRIFT DES FLENSBURGER SCHWIMMKLUB

FSK-AKTUELL

WWW.FLENSBURGER-SCHWIMMKLUB.DE

50 Jahre internationaler Fördepokal

Jubiläumsausgabe im Campusbad

Post von Lene aus Amerika:

Meine Schwimmsaison in den USA

5 Fragen an...

Andreas Oeding & Erik Kanzler
vom Büro Oeding

Deutsche Meisterschaft SMK

5.bis 8. Juni 2025 in Dortmund

Norddeutscher Nachwuchsländerkampf

Berlin – 22.11.2025

Save the date:

44. INT. FÖRDE MASTERS - 21. 02 2026



FOERDE-FORELLEN



@FLENSBURGER-SCHWIMMKLUB

Vorwort



Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde des Flensburger Schwimmklubs,

ein bewegtes und zugleich bereicherndes Jahr liegt hinter uns. Wenn ich auf die vergangenen Monate zurückblicke, erfüllt mich große Dankbarkeit – für euren Einsatz, eure Begeisterung und eure Treue zum Verein. Ob im Wasser, am Beckenrand, im Ehrenamt oder bei Veranstaltungen: Überall war zu spüren, dass der FSK mehr ist als ein Schwimmklub – er ist eine Gemeinschaft.

Wir haben sportliche Erfolge gefeiert, neue Trainingsformate ausprobiert und viele junge Talente auf ihrem Weg begleiten dürfen. Gleichzeitig standen wir vor Herausforderungen, die wir nur gemeinsam meistern konnten. Dass uns das gelungen ist, zeigt, wie stark und lebendig unser Verein ist.

Mit ebenso viel Optimismus schaue ich auf das Jahr 2026. Neue Projekte stehen in den Startlöchern, Wettkämpfe und Veranstaltungen werfen ihre Schatten voraus, und wir werden weiterhin daran arbeiten, beste Bedingungen für Training, Breiten- und Leistungssport zu schaffen. Vor allem aber freue ich mich darauf, wieder viele vertraute Gesichter zu sehen – und hoffentlich auch einige neue begrüßen zu dürfen.

Ich wünsche euch eine inspirierende Lektüre der FSK Aktuell, eine gute Zeit im Verein und ein Jahr voller Gesundheit, Erfolg und schöner Momente im und neben dem Wasser.

Herzliche Grüße
Danny

Danny Nainzadeh
1. Vereinsvorsitzender

Inhaltsverzeichnis

AKTIVITÄTEN

SYLT-FREIZEIT 2025	5
SPORTMEISTER*INNEN-EHRUNG 2025	8
HAT ES JEMAND MITBEKOMMEN ... ?	
15 JAHRE CAMPUSBAD FLENSBURG	10
DER FSK BEIM „MARKT DER MÖGLICHKEITEN“	11
POST VON LENE AUS AMERIKA: MEINE SCHWIMMSAISON IN DEN USA	12
SWIMFRIENDS	13
NIKOLAUS-AKTION IM CAMPUSBAD	14

INTERVIEW

5 FRAGEN AN... ANDREAS OEDING UND ERIK KANZLER VOM BÜRO OEDING	15
---	----

WETTKÄMPFE

DEUTSCHE MEISTERSCHAFT SMK	17
32. WIKINGPOKAL IN KIEL	19
NOP-FINALE 2025	20
SHSV SPRINTMEHRKAMPF- UND STAFFEL- MEISTERSCHAFTEN IN LÜBECK (19.07.2025)	21
GROSSER FSK-ERFOLG BEIM SOMMERFEST DES TSV ROT-WEISS NIEBÜLL	22

IMPRESSIONEN VOM NOP-VORKAMPF IN FLENSBURG, 21. JUNI 2025	23
LANDESMEISTERSCHAFTEN MASTERS LANGE STRECKEN BAD BRAMSTEDT	24
DEUTSCHE MASTERS MEISTERSCHAFTEN IM FREIWASSER, ROSTOCK	26
50 JAHRE INTERNATIONALER FÖRDEPOKAL	28
DIE SHSV KURZBAHNMEISTERSCHAFTEN	29
31. HERBST-NACHWUCHSMEETING IN KIEL	30
45. SYDCUP 2025 IN HADERSLEV, DÄNEMARK	31
NORDDEUTSCHER NACHWUCHSLÄNDERKAMPF	33

INTERNES

NACHRUF. EHRENMITGLIED HEINZ PREUSSER	35
NEUES VOM KAMPFRICHTEROBMANN	36
NEUES AUS DEM KLUBHEIM	37
FSK WASSERBALL – JAHRESRÜCKBLICK 2025	38
NEUES VON DEN MASTERS	40
BESTANDENE SCHWIMMABZEICHEN	41
GEPLANTE WETTKÄMPFE	42
VORSTANDSMITGLIEDER	43
KONTAKTE	46
IMPRESSUM FSK-AKTUELL	47



Bei der Einstandsfeier der Wasserballer im Klubheim fragte mich die „kleine Charlotte“, (dafür ist sie jetzt beim Lesen bestimmt sauer auf mich) wie denn die Überschrift für den Artikel zu unserem Sylt-Wochenende wäre. Und da dachte ich mir so, warum eigentlich? Geht doch auch ohne. Und es gibt gute Nachrichten, ich habe eine Co-Autorin gefunden. Oder mehrere. Es wäre langweilig immer dasselbe zu lesen, oder?

Heute, Abreisetag. Wir sitzen in der Bahn und warten auf die Abfahrt, Zeit ein paar Zeilen zur FSK-Jugendfreizeit 2025 zu schreiben. Am Freitag gingen wir nach der Ankunft direkt zum Essen. Die Taschen stellten wir vor den Zimmern ab. Nach dem Abendbrot ging es auf die Zimmer, wir machten unsere Betten und ordneten unser Gepäck. (Anmerkung roc: Einige haben beim Bettenbeziehen Nachholbedarf, und damit meine ich nicht die jüngeren Kids. Ich finde mit 12 sollte man das draufhaben.) Da es noch hell war, ging es danach raus und wir spielten Kennlernspiele. Einige waren gut, aber das, wo wir unsere Namen und eine Frucht nennen mussten, nach dem Prinzip „ich

packe meinen Koffer und nehme mit ...“ mochte ich nicht. Den Rest des Abends hatten wir Freizeit.

Am Samstag, das Wetter war noch nicht so gut, ging es nach dem Frühstück zu Gemeinschaftsspielen in einen großen Klassenraum. Das Wetter besserte sich. Nach einer kurzen Freizeit konnten wir uns aussuchen, ob wir im Camp bleiben wollten und mit Nele noch eine Runde „Werwolf“ spielen wollten, oder mit Lena und Christian zum Strand an die Sansibar laufen. Der Weg war langweilig. Aber später im Wasser war es soo schön!!! Wir sind in die Wellen gesprungen, das Wasser war angenehm kühl. (Anmerkung roc: Absprache mit der DLRG-Aufsicht. Check. Es war krass, superwindig und endkrass. 2 Meter hohe Wellen und eine Strömung, dass es dir die Beine unter Wasser wegzog. Die Kids nicht zu stoppen, voller Power und stehts mit einem fetten Grinsen im Gesicht.) Nach dem Rückweg duschten wir. Am Nachmittag gab es die „Strand-Olympiade“, Sandburgen bauen — Geschicklichkeitsspiel — Sprints im Sand und so. Nach dem Abendessen hatten wir Freizeit. Die „Kleinen“ mussten um 20:45 Uhr schlafen, die

„Mittleren“ um 21:45 Uhr und die „Großen“ waren eigenverantwortlich. Maja und ich konnten uns aussuchen, wo wir uns sahen. Großartig. Heute ... Wir mussten früh aufstehen, haben unsere Sachen gepackt und gingen frühstücken. Dann kam auch schon der Bus und fuhr uns zum Bahnhof. Zu Fuß ging es zum Schwimmbad „Sylter Welle“. Hier waren wir zwei Stunden, wir gingen rutschen und waren in den anderen Becken. Die Rutschen haben sehr viel Spaß gebracht. Maja und ich haben sie in unterschiedlichsten Positionen ausprobiert. Das war sehr lustig. Nun habe ich keine Zeit mehr weiterzuschreiben, wir steigen gleich aus der Bahn. Es war ein echt tolles Wochenende.

Kaja

Für mich war es die erste Jugendfreizeit auf Sylt. Die geleistete Vorarbeit hat sich für alle gelohnt. Sie haben da echt großartige Kinder mit Potenzial. Für mich wird das letzte Basketballspiel mit Emilia und das Tischtennispiel in der Sylter Welle in Erinnerung bleiben. Ich warf den ersten Korb und konnte an der Platte noch locker mithalten. Und Charlotte, vielleicht braucht es einfach mal eine Unterschrift anstatt einer Überschrift.


Was hältst du von ... **ZUKUNFT PINK**

roc

Am besten fanden wir das Baden in der Nordsee, ~~da~~ weil man die hohen Wellen und extremen Strömungen nicht in Flensburg hat. Außerdem ~~fanden~~ haben uns die Spiele mit der Gruppe und die gemeinsame Zeit, die man mit Freunden verbringen konnte, sehr gefallen. Ein weiteres Highlight war das Rutschen in der Sylter Welle und die Aussicht bei Sonnenuntergang am Freitagabend. Leider spielte das Wetter nicht mit und somit konnte das ursprünglich geplante Lagerfeuer leider nicht ~~statt~~ stattfinden.

Werwölfe, im Schwimmbad,
Shopping, Bonscherei,

Ich fand es in Sylt ziemlich cool @ es hat mir sehr viel Spaß gemacht. Am liebsten machte ich Werwolf das Spiel. ♥

Das Meer
Wenn man genau lauschte, hörte man die Wellen schon von Weitem.
Der Weg war lang, doch wir wollten baden.
Die Dine hoch bahnten wir uns den Weg, als wir es sahen, das Meer.
Die Wellen überschlugen sich, die Strömung reißend.
Doch die Fahne zeigte rot-gelb, man durfte noch gerade so ins Wasser. Es war frisch, doch auch so schön! 






- Wir fanden die Sylter Welle toll und das Werwölfe spielen hat ebenfalls Spaß gemacht.
- Außerdem fanden wir es gut dass wir so viel am Strand waren. Die Strandolympiade war auch sehr cool!
- Am Ende sind wir noch durch die Stadt gelaufen und haben geschopped. Das war auch toll!
- Schade fanden wir das wir kein Lagerfeuer machen konnten

Wir hatten sehr viel erlebt das Meer ist war schön und hat Spaß gemacht aber wir waren nicht nur im Meer wir hatten wie jedes Jahr die Strandolympiade und es war wie jedes Jahr sehr Spaßig

auf Sylt

- Wir sind Sylt gefahren
- Wir waren im Schwimmbad.
- Der erste tag war schön weil es da Pöms gab.
- Das letzte tag war das Frühstück,

Sylt war echt cool wir haben wir haben Wörder Spiel gespielt und am Strand olympiade gespielt. 

Sylt war echt cool am meisten fand ich am Strand die Olympiade und die Spiele. Der Strand da wo der Spielplatz ist der war auch cool. Das Shoppen war auch gut und das Schwimmbad. Und als wir von Sylt wieder gekommen sind haben wir wieder esal gespielt das war auch cool.  

Werwölfe, Baden, Schwimmbad, Shopping, Werwölfe, Strandolympiade.

Die Strandspiele haben uns sehr gefallen. Das Basketballspiel war auch richtig toll. Das Baden im Meer war super, aber ein bisschen windig, sandig und kalt. Im Schwimmbad war das Wasser angenehm warm, sodass wir dort entspannt schwimmen und Baden konnten. Insgesamt hat uns die Reise nach Sylt wirklich sehr gut gefallen - wir hatten viel Spaß und viele schöne Erinnerungen gesammelt.



Sportmeister*innen-Ehrung 2025

FSK-Schwimmer unter den Geehrten

Am Donnerstag, 10. Juli 2025, fand in der Flensburger Bürgerhalle die Sportmeister*innen-Ehrung 2025 statt. Die Stadt würdigte in einer festlichen Feierstunde die herausragenden Leistungen zahlreicher Sportlerinnen und Sportler aus Flensburg. Oberbürgermeister Fabian Geyer betonte in seiner Laudatio die Vielfalt des Sports in der Stadt: „Es ist schon ein bisschen olympisch und zeigt, welche Bandbreite an Spitzensport hier ausgeübt wird.“ Die Halle war bis auf den letzten Platz gefüllt, und die große Zahl an Medaillen und Urkunden (285 Stück) auf dem Ehrungstisch sprach für sich.

Auch der Flensburger Schwimmklub war vertreten

Unter den Geehrten waren auch viele Athletinnen und Athleten des FSK, die im vergangenen Jahr bei Landes- und Norddeutschen Meisterschaften starke Leistungen gezeigt haben.

Hier die Übersicht unserer geehrten Schwimmerinnen und Schwimmer.

- **Mia Degenhardt** – Landesentscheid für die Deutsche Jugend-Mannschaftsmeisterschaft, Jugend D
- **Hans-Jürgen Diel** – Norddeutsche Meisterschaft Freiwasser 5 km, AK 70
- **Felicitas Hornschuh** – Landesmeisterschaft Masters offene Klasse, 100 m Rücken
- **Maja Kjærsgaard** – Landesentscheid für die Deutsche Jugend-Mannschaftsmeisterschaft, Jugend D + 2. Platz Landesmeisterschaft Sprintmehrkampf (Jg. 2013)
- **Jennifer Nissen** – Landesentscheid für die Deutsche Jugend-Mannschaftsmeisterschaft, Jugend D + 2. Platz Landesmeisterschaft Sprintmehrkampf (Jg. 2013)
- **Emilia Pyzhik** – Landesmeisterschaft offene Klasse, 400 m Lagen
- **Lasse Maximilian Rottmann** – Landesmeisterschaft Sprintmehrkampf, Jg. 2012
- **Ulrike Thielemann** – Landesmeisterschaft Freiwasser 2,5 km, AK 35

- **Laura Timmermann** – Landesentscheid Deutsche Jugend-Mannschaftsmeisterschaft, Jugend D
- **Jesse Berk** – 3. Platz Landesmeisterschaft, 50 m Rücken (Jg. 2009)
- **Stefan Berk** – 2. Platz Landesmeisterschaft, 400 m Freistil (Offene Klasse, Masters)
- **Finn Bohlig** – 2. Platz Landesmeisterschaft, 200 m Brust (Jg. 2010)
- **Emil Ernst** – 2. Platz Landesmeisterschaft, 200 m Freistil (Jg. 2012)
- **Andreas Grages** – 2. Platz Landesmeisterschaft, 200 m Brust (Offene Klasse, Masters)
- **Christian Krämer** – 3. Platz Landesmeisterschaft, 400 m / 800 m Freistil (Offene Klasse, Masters)
- **Lene Jurine Thielemann** – 2. Platz Norddeutsche Meisterschaft, Freiwasser 5 km (Jg. 2009)
- **Julia Wroblewski** – 2. Platz Landesmeisterschaft, 400 m Lagen + 800 m Freistil (Jg. 2008)

Die Sportmeister/innen-Ehrung hat einmal mehr gezeigt, wie vielfältig und erfolgreich der Sport in und aus Flensburg ist – und wir freuen uns, dass der FSK mit so vielen starken Leistungen dabei war. Herzlichen Glückwunsch an alle Geehrten!

Den Abschluss des Abends bildete übrigens ein leckeres Buffett für alle Sportler/innen - „das Beste am ganzen Abend“ so einer unserer Schwimmer – und es wurde noch lange nach der Ehrung zusammen-
 gegessen, geschnackt und viel gelacht.

Nadine





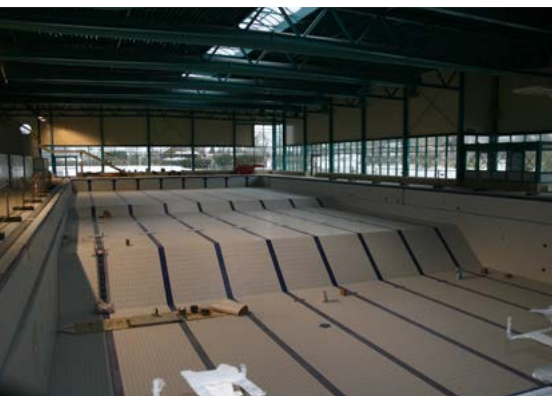
Hat es jemand mitbekommen ... ?

15 Jahre Campusbad Flensburg. Die Fliesen sind weiß!

Zum 10jährigen Jubiläum gab es 10% Preisnachlass. Ich konnte es zweimal nutzen, €4,05 anstatt €4,50. Es war 2020 – dann Pandemie. Heute, 2025, zahlst du €6,00 als Erwachsener nur für das Sportbad. Und 5 Jahre zuvor gab es noch ein Aktions-Wochenende, das wir vom FSK und der TSB mitgestalteten. Seid froh, dass ihr mich 2005 nicht beim Synchronschwimmen gesehen habt. Eigentlich bin ich sehr froh, dass das diesmal so leise an uns vorbei ging. Und immer, wenn ich zur Schwimmhalle hochfahre, und auf die Birken an der

Capelle am Campusbad schaue, weiß ich, ein Stück Flensburg haben unsere Mitarbeiter, unsere Firma, seit 15 Jahren mitgestaltet. Aber viele von euch sind nicht mal 15 Jahre alt, viele FSK-Geschichten könnte man erzählen... Zum Beispiel ist jeder OMEGA-Startblock privat finanziert. Unlesbare und respektlos gepflegte Plaketten sind Zeit-Zeugen. Danke dafür! Und so sah es beim Bau des Bades aus.

roc



Der FSK beim „Markt der Möglichkeiten“ an der Uni Flensburg

In diesem Jahr vertraten wir - Hendrik, Lotti und Sofia - den FSK beim „Markt der Möglichkeiten“ an der Uni Flensburg. Die Veranstaltung gehört fest zur Ersti-Woche und gibt den Studierenden jedes Jahr einen Eindruck davon, was Flensburg über das Studium hinaus noch alles zu bieten hat.

Das Event bot eine fröhliche und offene Atmosphäre. Viele Studierende kamen an unseren Stand und erkundigten sich über den Verein und unser Trainingsangebot. So entstanden viele nette und interessierte Gespräche.

Neben der Vorstellung unseres Vereins war es uns besonders wichtig, auch auf mögliche Engagements im Trainerteam aufmerksam zu machen und Einblicke in die Arbeit hinter den Kulissen zu geben.

Die gute Stimmung und die vielen Gespräche haben uns erneut gezeigt, wie wertvoll solche Veranstaltungen für die Sichtbarkeit unseres Vereins sind. Insgesamt hatten wir einen schönen und unterhaltsamen Tag zusammen und freuen uns über die gelungene Präsenz des FSK auf dem Campus.

Vielleicht sehen wir ja bald einige neue Gesichter beim Training oder am Beckenrand!

Sofia





Post von Lene aus Amerika:

Meine Schwimmsaison in den USA

Ich lebe momentan in Colton, einem sehr kleinen Dorf mit ca. 1500 Einwohnern im Staat New York. An meine Schule gehen ungefähr 400 Schüler von Klasse 1 - 12, weshalb das Sportangebot sehr eingeschränkt ist. Ich hatte allerdings das Glück, dem Potsdam High School Swim Team in der größeren Stadt ganz in der Nähe beitreten zu können.

Die Wettkämpfe der High School Teams sind komplett anders als das, was ich von zuhause kenne. Bisher gab es hier in jedem Pool eine amerikanische Flagge, und vor jedem Wettkampf wurde die Nationalhymne gesungen. Wir haben auch keine Wettkampfanzüge getragen, sondern hatten Teamanzüge. Ich habe auch meine eigene Badekappe mit meinem Namen bekommen. Jede Schule hat ihren eigenen Pool und man hat Wettkämpfe nach der Schule gegen ein anderes High School Team. Die Wettkämpfe waren meistens nur 2 Stunden lang.

Auch Team Spirit hat hier eine ganz andere Bedeutung. Jeder hat jeden angefeuert, es gab immer eine super positive Atmosphäre, und wir hatten immer Spaß zusammen. Das ist das, was ich am meisten schätze. Wir haben auch viele Sachen außerhalb des Pools gemacht: Wichteln, gemeinsames Essen und Spiele gespielt, die den Zusammenhalt gestärkt haben.



Durch die Wettkämpfe gegen die anderen Schulen in unserer Section konnte man sich für den letzten Wettkampf "Section X Championships" qualifizieren. Dort starteten dann alle Schwimmer, die sich qualifizieren konnten, von den Schulen in unserer Section. Bei den Sectionals gab es nicht nur eine Teamwertung, sondern auch Einzelwertung. Wir haben die Teamwertung gewonnen und wurden damit "Section X Champions 2025". In der Einzelwertung habe ich 4x Silber erreicht. Dadurch habe ich dann auch die Auszeichnung "Team All Northern" gewonnen.

Ich habe es sogar geschafft, drei Schulrekorde zu brechen: über 200 Lagen, 500 Freistil und 4x50 Lagen Staffel.

Ich bin sehr dankbar für diese sehr schöne, neue Erfahrung! Da die Saison jetzt vorbei ist, schwimme ich momentan im Klub und es ist ziemlich so wie in Deutschland.

Lene



Swimfriends

die Jugend-Ausgabe unserer Masters-Freundschaft mit den Leyland Barracudas

Hi, ich bin Linnea aus der FSK3 und ich schreibe seit zirka 2 Jahren mit Lucy. Lucy ist mein „Swimfriend“ und die Swimfriends, das sind immer eine Person aus den Jugendgruppen des FSK und eine Person der Jugendgruppen vom Verein Leyland Barracudas, die sich schreiben und sich von ihren Erlebnissen berichten. Die Idee hinter den Swimfriends ist, dass sich nicht nur die Mastersschwimmer/-innen beider Vereine, die sich regelmässig bei den Förde Masters in Flensburg sehen, austauschen, sondern auch die jugendlichen Schwimmer/-innen beider Vereine. Nach den Förde Masters 2023 kam die Idee zu den Swimfriends und mit Hilfe von Trainerin Elaine haben acht Jugendliche aus England ihre Steck-

briefe zu uns geschickt, sodass wir die Möglichkeit bekamen, einen Swimfriend kennenzulernen.



Mein Swimfriend Lucy

Am Anfang haben Lucy und ich nur geschrieben, jetzt snappen wir und schicken uns manchmal sogar Kleinigkeiten. Lucy wohnt mit ihrer Schwester, die auch ein Swimfriend beim FSK ist, und ihren Eltern in England. Sie schwimmt so wie ich und trainiert auch Synchronschwimmen.

Ich würde mir wünschen, dass unsere Swimfriends uns mal besuchen, vielleicht zum Fördepokal - oder wir fahren mal nach England!

Linnea



Nikolaus-Aktion im Campusbad

„Hallo, ich bin Lena, die Jugendwartin beim FSK und der Nikolaus hat mir am Samstag etwas in unser Carport gestellt, wo groß FÜR DIE KINDER IM FSK draufstand.“

So stellte sich Lena, am Montag, des 8. Dezember nicht nur Jugendwartin, sondern auch Gehilfin des Nikolaus, den einzelnen Kindergruppen vor, als sie mit glitzerndem Rentier-Haarreif und prall gefülltem Jutesack von Gruppe zu Gruppe eilte, um das diesjährige Nikolaus-Geschenk des FSK zu überreichen.

Auspacken konnten die Kids eine glänzend-blaue Edelstahl-Trinkflasche mit FSK-Logo, sodass ab sofort immer für eine kühle Erfrischung am Beckenrand gesorgt ist.

Großen Dank an Lena und den Nikolaus!

Nadine





5 Fragen an...

Andreas Oeding und Erik Kanzler vom Büro Oeding

Andreas, in deinem Büro Oeding layoutet ihr regelmäßig unsere Vereinszeitung, aber wie ist eigentlich deine Verbindung zum FSK?

Ich habe eine innige Herzensverbindung zum FSK. Vor circa 11 Jahren bin ich in den Verein eingetreten und habe das nie bereut. Es ist ein super Training und ich habe unglaublich viele nette Leute kennengelernt und es haben sich zum Teil auch richtige Freundschaften daraus entwickelt. Auch wenn ich aufgrund der Trainingszeiten seit längerem nicht mehr beim regelmäßigen Training dabei bin, bleibe ich dem FSK auch zukünftig treu verbunden.

Warum schwimmst du?

Für mich ist das der ideale Ausgleich zum meinem Job als Selbstständiger mit einer 50plus-Stundenwoche. Nach dem Schwimmen fühle ich mich immer wie neugeboren. Außerdem bin ich auch

Triathlet und obwohl ich von Natur aus eher ein Läufer bin, ist durch mein jahrelanges Schwimmtraining beim FSK das Schwimmen zu meiner stärksten Disziplin geworden.



Erik, du machst jetzt schon die dritte FSK-Aktuell-Ausgabe mit uns und hast auch das Logo für unseren 50. Fördepokal entworfen. Wie bist du zum Büro Oeding und zur Zusammenarbeit mit uns gekommen?

Zum Büro Oeding bin ich über meine zweijährige Umschulung zum Mediengestalter mit dem Schwerpunkt Designkonzeption und Visualisierung gekommen, die ich im Mai 2026 abschließe. Dort arbeite ich im Bereich Gestaltung und Kommunikation und bekomme Einblicke in ganz unterschiedliche Projekte – unter anderem auch in die Zusammenarbeit mit dem FSK Flensburg.

Hast du eine Beziehung zum (Schwimm-)Sport?

Im Schwimmverein war ich selber nie, ich habe aber über die Schule das Seepferdchen, Bronze- und Silberabzeichen gemacht und später über einen Ferien-Kurs auch noch das 2 Stunden Totenkopf Abzeichen. ☺

Ich komme aus einer Seglerfamilie und habe das Schwimmen eher draußen gelernt – in den Wellen Griechenlands. Den Kopfsprung hat mir ein alter Seebär von der Bugspitze seines Katamarans aus beigebracht.

Obwohl ich nie aktiv im Schwimmverein war, begleitet Sport mich aber trotzdem schon lange. Ich spiele jetzt seit 22 Jahren Handball, habe von 3. Liga bis Kreisklasse B in jeder Liga im Herrenbereich gespielt und stehe aktuell für den DHK Flensburg 2 auf der Platte.

Was reizt dich an einer Aufgabe, wie das Layouten der FSK-Aktuell?

Mich reizt vor allem die Mischung aus Struktur und Kreativität. Bei der FSK-Aktuell geht es darum, viele unterschiedliche Inhalte übersichtlich, lesbar und trotzdem ansprechend aufzubereiten.



Genau diese Aufgabe – Ordnung in Informationen zu bringen und ihnen eine klare visuelle Form zu geben – macht mir Spaß.

Dazu kommt, dass ich nicht für irgendein Produkt gestalte, sondern für einen Verein mit echtem Engagement, echten Menschen und echten Emotionen.

Wenn das Heft am Ende gerne gelesen wird und ich höre, dass sich Mitglieder darin wiederfinden und Spaß daran haben, ist das für mich der größte Reiz an dieser Aufgabe.

Andreas, Erik & Nadine



Deutsche Meisterschaft SMK

5. bis 8. Juni 2025 in Dortmund

Am Donnerstag ging es endlich los zur Deutschen Meisterschaft nach Dortmund. Ich war aufgeregt und voller Vorfreude, aber die Fahrt war wegen vieler Baustellen und Staus viel länger als gedacht. Nach über sieben Stunden kamen wir endlich am Hotel an und ich war ziemlich kaputt. Trotzdem sind wir nach einer kurzen Pause noch ins Südbad gefahren, damit ich meine Akkreditierung abholen und das Schwimmbad anschauen kann. Ich wollte ein paar Bahnen schwimmen, um mich an alles zu gewöhnen. Es war aufregend, weil alles so groß und offiziell wirkte.

Freitag

Ein schwerer Beginn

Am Freitag startete der Wettkampf richtig. Mein Trainer Alex konnte erst später kommen, weil er noch arbeiten musste, also musste ich die 400 m Freistil erstmal alleine schwimmen. Ich bin 5:23,32 Minuten geschwommen, aber während des Schwimmens ging es mir überhaupt nicht gut. Ich bekam starke Bauchschmerzen und brach am

Beckenrand zusammen. Ich lag eine ganze Weile dort und wusste nicht richtig, was los war. Die Ärztin vom Sanitätsdienst wollte mich gern ins Krankenhaus schicken, aber ich wollte nicht, ich wollte den Wettkampf weiterschwimmen. Nach etwas Ruhe und Gesprächen mit Alex über das Telefon kümmerte sich Stefan Herbst, der Landestrainer von Schleswig-Holstein, um mich. Er sagte, er hätte bei solchen Schmerzen abgebrochen und fand es stark, dass ich die Strecke durchgezogen habe. Das tat mir sehr gut und gab mir wieder etwas Mut und Sicherheit. Trotz allem schaffte ich später noch die 50 m Brustbeine in 0:49,75 Minuten, für den Tag eine akzeptable Zeit.

Als Alex am Nachmittag endlich ankam, war ich erleichtert. Mama ist zwar immer da und unterstützt mich, aber sie ist eben Mama und manchmal braucht man für den Wettkampf einfach einen Trainer.



Mein Ergebnis:

Am Ende erreichte ich Platz 14. Für mich bedeutet das viel, weil nicht viele erwartet hatten, dass ich mich überhaupt qualifizieren kann. Ich bin stolz, dass ich durchgehalten habe, auch als es wirklich schwer wurde.

Mein Dank gilt Alex, der mich an dem Wochenende begleitet und unterstützt hat. Es hat mir sehr geholfen, jemanden an meiner Seite zu haben, der mich sportlich einschätzen kann und weiß, was ich im Wettkampf brauche.

Auch möchte ich mich bei den anderen Trainern bedanken, die mich in der Vorbereitung mit viel Geduld, Tipps und Trainingseinheiten unterstützt haben. Ohne ihre Arbeit wäre ich in Dortmund nicht so gut vorbereitet gewesen.

Jennifer

Samstag

Technik und Bruststrecken

Am Samstag fuhren wir zuerst nach Aplerbeck in eine kleinere Schwimmhalle. Dort schwamm ich 25 m Delfinbeine auf Bauch- und Rückenlage.

Am Nachmittag standen dann die Bruststrecken an:

- 100 m Brust: 1:23,74 Minuten
- 200 m Brust: 3:05,53 Minuten

Ich war froh, dass ich mich wieder besser fühlte.

Sonntag

Letzte Strecke

Am Sonntag musste ich nur noch die 200 m Lagen schwimmen. Mit 2:48,26 Minuten war ich zufrieden und froh, die letzte Strecke geschafft zu haben.





32. Wikingpokal in Kiel

am 21.06.2025

Der Wikingpokal bot in der 50m Universitäts-Schwimmhalle spannende Rennen mit zahlreichen Teilnehmern aus Schleswig-Holstein und anderen Regionen. Der Flensburger Schwimmklub zeigte sich erneut stark und konnte mehrere herausragende Leistungen erzielen.

Besonders hervorzuheben sind die Podestplätze:

Jennifer Nissen (Jg. 2013)

- 1. Platz 50m Freistil (30,80 Sek.)
- 1. Platz 50m Brust (37,78 Sek.)
- 2. Platz Sprintmehrkampf 2013

Cathy Milena Heuber (AK 20)

- 1. Platz 50m Brust (36,88 Sek.)
- 3. Platz 50m Freistil (30,49 Sek.)
- 2. Platz Sprintmehrkampf AK20

Emiliia Pyzyk (Jg. 2009)

- 3. Platz 50m Freistil (30,49 Sek.)
- 1. Platz 50m Brust (39,84 Sek.)
- 1. Platz Sprintmehrkampf 2009

Laura Timmermann (Jg. 2013)

- 3. Platz 50m Freistil (36,40 Sek.)

Emil Ernst (Jg. 2012)

- 3. Platz 50m Rücken (36,37 Sek.)

Finn Bohlig (Jg. 2010)

- 2. Platz 50 Brust (36,36 Sek.)

Lasse Maximilian Rottmann (Jg. 2012)

- 2. Platz 50 Freistil (29,13 Sek.)
- 3. Platz Sprintmehrkampf 2012

Der Wettkampftag zeichnete sich durch den Kampfgeist und die starke Teamleistung des Flensburger SK aus.

Die Schwimmer zeigten sich motiviert und lieferten persönliche Bestzeiten ab, was den Verein als festen Bestandteil der Regionalszene bestätigte. Die Wettkämpfe waren durch spannende Duelle geprägt, bei denen oft nur Zentel über Platzierung und Pokalränge entschieden.

Insgesamt stellte der Wikingpokal für den Flensburger Schwimmklub nicht nur eine Herausforderung, sondern auch eine Erfolgsgeschichte dar, die Lust auf kommende Wettkämpfe macht.

Annika



NOP-Finale 2025

Lucia, Ida, Lilian, Rune, Oskar und Jannis waren dabei!

Das diesjährige Finale des NOP fand am 12. Juli in der Uni-Schwimmhalle in Kiel statt. Der NOP – Nord-Ost-see-Pokal – ist ein Nachwuchsschwimmwettkampf für die 6-9jährigen, der mit mehreren Vorkämpfen an verschiedenen Orten ausgetragen wird. Für das Finale qualifizieren sich die Zeitschnellsten.

Unter den 22 Vereinen und 167 gemeldeten Schwimmern und Schwimmerinnen, die am 12. Juli nach Kiel zum Finale fuhren, war auch der FSK mit Lucia (2016), Lilian (2016), Ida (2016), Rune (2016), Oskar (2016) und Jannis (2018).

Das Finale des NOP ist ein großes Ereignis mit großartigen Leistungen von allen teilnehmenden Schwimmern und Schwimmerinnen. In diesem Jahr räumten beim Finale vor allem Lucia, Rune und Jannis ab:

Lucia: 3. Platz 25m Schmetterling Beine in Rückenlage, 1. Platz 100m Rücken, 2. Platz 100m Lagen, 2. Platz 100m Freistil, 3. Platz Mehrkampfwertung Jg. 2016

Rune: 4. Platz 25m Schmetterling Beine in Rückenlage, 3. Platz 100m Rücken, 4. Platz 100m Lagen

Jannis: 2. Platz 25m Brust, 3. Platz 25m Rücken, 4. Platz 25m Freistil, 1. Platz Mehrkampfwertung Jg. 2018/2019

Super gemacht, ihr Sechs, und herzlichen Glückwunsch besonders euch Dreien!

Nadine



SHSV Sprintmehrkampf- und Staffelmeisterschaften in Lübeck

Ausrichter: SC Delphin Lübeck

Am 19. Juli 2025 fanden im Lübecker St. Lorenz Bad die SHSV Sprintmehrkampf- und Staffelmeisterschaften statt. Für uns Schwimmerinnen und Schwimmer - mit dabei waren Marie, Laura, Jennifer, Mia, Cathy, Lene, Julia, Finn, Emil, Lasse und Vincent - bedeutete dies einen frühen Start in den Tag: Bereits um 9 Uhr stand das Einschwimmen auf dem Programm. Kampfrichterinnen und Kampfrichter, Helferinnen und Helfer brachten sich wie immer in Position. Die Halle selbst präsentierte sich wettkampftauglich – klares Wasser, gute Wassertemperatur, und die Startbrücke bereit für schnelle Reaktionen.

Besonders schön war die positive Grundstimmung im gesamten Team. Motivierende Rufe vom Beckenrand, gemeinsames Lachen zwischen den Starts, das Vergleichen von Zeiten, und Freude über die persönlichen Bestzeiten – echte Wettkampf-atmosphäre!

Unsere Staffelteams konnten einige Erfolge verbuchen. In der 4×100m Freistil Staffel erschwammen sich Laura, Marie, Jennifer und Mia einen 3. Platz. Noch erfolgreicher lief es in der 4×100m Lagen Staffel, in der die gleiche Gruppe Gold holte.

Julia, Cathy, Lene und Marie erreichten einen 3. Platz in der 4×200m Freistil Staffel, ein toller Erfolg über die längere Distanz.

Erfolge im Sprintmehrkampf

Im Einzelbereich gab es weitere super Ergebnisse. Jennifer und Lasse belegten in ihrem jeweiligen Jahrgang den 2. Platz und sicherten sich damit den Vize-SHSV-Titel im Sprintmehrkampf.

Insgesamt bot der Wettkampftag spannende Rennen und starke Leistungen. Mit Podestplätzen in den Staffeln, zwei Vize-Titeln im Sprintmehrkampf sowie vielen persönlichen Bestzeiten konnten wir alle zufrieden nach Hause fahren. Ein gelungener Tag und ein schönes Beispiel dafür, wie viel Spaß Schwimmsport auch im Team macht!

Mia und Tanja

Großer FSK-Erfolg beim Sommerfest des TSV Rot-Weiß Niebüll

Ein Tag voller Energie, Teamgeist und beeindruckender Leistungen

Am 20.07.2025 war es wieder soweit: Beim stimmungsvollen Sommerfest des TSV Rot-Weiß Niebüll stürzten sich unsere jungen Schwimmerinnen Adele, Lucia, Daria und Charlotte mit einer bewundernswerten Mischung aus Aufregung, Kampfgeist und purer Freude ins Wettkampfgeschehen. Und wie sie das taten!

Vom ersten Start an zeigten die vier FSK-Mädchen, was in ihnen steckt. Viele persönliche Bestzeiten, starke Rennen und eine beeindruckende Konstanz sorgten dafür, dass unser kleines Team immer wieder positiv auffiel. Besonders hervorzuheben ist das Lob anderer Vereine und Zuschauer, die den sauberen Schwimmstil und die hervorragende Technik unserer Mädchen bemerkten – ein Kompliment, das zeigt, wie fleißig und konzentriert sie im Training arbeiten.

Ein großer Dank gilt Stefanie, Charlottes Mutter, die sich liebevoll und zuverlässig um die vier Sportlerinnen kümmerte. Sie brachte die Mädchen rechtzeitig zu ihren Starts, gab Ruhe, Motivation und Struktur – eine Unterstützung, die Gold wert ist und spürbar zur großartigen Stimmung beitrug.

Auch neben der Bahn war der FSK aktiv vertreten: Ich selbst war erneut als Kampfrichterin im Einsatz, obwohl meine Gesundheit an diesem Tag mehr als fragil war. Um auch in Zukunft bei Wettkämpfen gut aufgestellt zu sein, möchten wir an dieser



Stelle betonen, wie wichtig die Unterstützung durch Eltern als Kampfrichterinnen und Kampfrichter ist. Ohne diese Mithilfe können viele Veranstaltungen nicht stattfinden – daher freuen wir uns über jede Familie, die bereit ist, uns hierbei zu unterstützen.

Am Ende des Tages standen nicht nur starke Zeiten auf der Ergebnisliste, sondern auch viele strahlende Gesichter, stolze Momente und wertvolle Erfahrungen. Unsere vier jungen Schwimmerinnen haben gezeigt, wie viel Talent, Mut und Herz in ihnen steckt — und dass der FSK sich auf eine starke Zukunft im Nachwuchsbereich freuen darf.

Wir sind stolz auf euch, Mädchen! Weiter so – ihr seid großartig.

Herzliche Grüße
Diana

Landesmeisterschaften Masters Lange Strecken Bad Bramstedt

am 26.07.2025

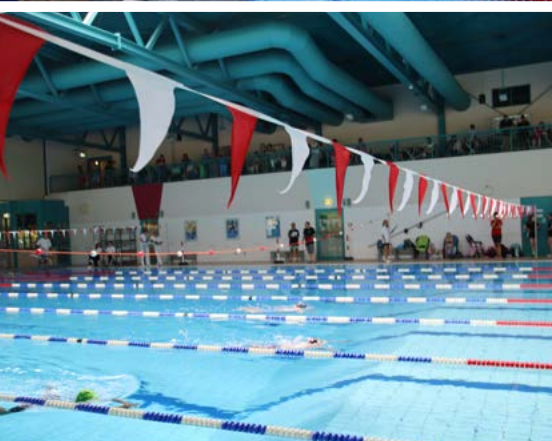
Eine kleine Gruppe von 4 Masters (Jule Baasch, Olaf Bieber, Hans-Jürgen Diehl und meine Wenigkeit), begleitet von Emily Grahlmann als Kampfrichterin fuhr zu den LM lange Strecken.

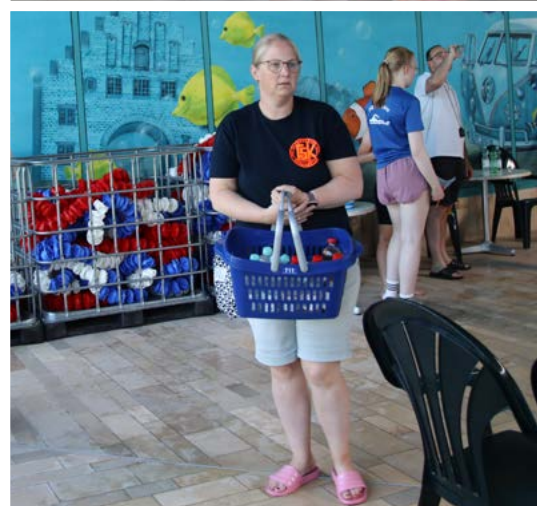
Emily hatte sich sofort bereit erklärt, uns als Kari zu unterstützen und sich den Tag für uns an den Beckenrand zu stellen, was nicht selbstverständlich ist und wofür wir ihr sehr dankbar waren.

Im Becken konnten wir 4 so richtig Gas geben und unsere Erwartungen übertreffen. Und außerhalb des Beckens hatten wir jede Menge Spaß.

Stefan









Deutsche Masters Meisterschaften im Freiwasser, Rostock

Am Wochenende vom 22.8. bis 24.8. waren die Masters auf den Deutschen Masters Meisterschaften im Freiwasser. Dabei wurden sowohl die Norddeutschen Meisterschaften als auch die SHSV Meisterschaften mit ausgewertet. Hans-Jürgen,

Jule, Ulrike und Franka sind alle drei Strecken geschwommen. Am Freitag wurden die 1,25 km bei besten Bedingungen bestritten. Dabei konnte Hans-Jürgen die ersten Top-Platzierungen erreichen. Ulrike und Jule konnten hier auch auf Norddeutscher und SHSV Ebene Top-Platzierungen erreichen.

Der Samstag hat diese Meisterschaften aber besonders gemacht. Das Wetter wurde über Nacht so schlecht, dass eine Neopren-Option eingeführt wurde.

Hans-Jürgen und Olaf sind am Samstag über die 2,5 km ohne Neopren gestartet. Aufgrund der Witterungsverhältnisse musste das Rennen abgebrochen werden.

Diana, Jule, Ulrike und Franka haben sich für die deutlich wärmere Option mit dem Neopren entschieden. Ulrike konnte sich auf Deutscher Ebene den 3. Platz sichern. Die anderen Frauen durften sich auch über gute Platzierungen freuen.



Am Sonntag wurden zum krönenden Abschluss noch 5 km geschwommen. Zum Glück hatten sich die Wellen und die Strömung vom Vortag wieder etwas gelegt. Dennoch entschieden sich heute alle vier Schwimmer für einen Neoprenanzug. Besonders die Süddeutschen Schwimmer belächelten uns wieder sehr für diese Entscheidung und hielten uns für Warmduscher. Da viele andere Schwimmer keinen Neoprenanzug dabei hatten. In dem Rennen konnten sich auch wieder alle über gute und Top-Platzierungen freuen.

Besonders gratulieren wir Hans-Jürgen zu seinen zweiten Plätzen in der Deutschen Meisterschaft, sowie Ulrike zu ihrem 3. Platz in der Deutschen Meisterschaft.

Es war ein abwechslungsreiches Wochenende mit vielen Überraschungen.

Franka



1,25km

2,5km

5km

	DM: 2. NDM/SHSV: 1.	Offiziell nicht gewertet (WK abgebrochen)	DM: 2. NDM/SHSV: 1.
Hans-Jürgen			
Jule	DM: 6. NDM: 3. SHSV: 1.	DM: 9. NDM: 6. SHSV: 1.	DM: 6. NDM: 3. SHSV: 1.
Ulrike	DM: 4. NDM: 2. SHSV: 2.	DM: 3. NDM/SHSV: 1.	DM: 4. NDM: 2. SHSV: 1.
Diana		DM: 7. NDM: 6. SHSV: 2.	
Franka	DM: 6. NDM/SHSV: 5.	DM: 9. NDM: 7. SHSV: 5.	DM: 7. NDM: 5. SHSV: 4.
Olaf		Offiziell nicht gewertet (WK abgebrochen)	





50 Jahre internationaler Fördepokal

Jubiläumsausgabe im Campusbad

Was für ein Wochenende! Während die Menschen draußen die letzten richtig warmen Sonnenstrahlen des Sommers genossen, rannen den Trainern und Helfern im feucht-warmen Campusbad die Schweißperlen von der Stirn. Denn es war eine Rekordzahl an Schwimmern und Schwimmerinnen, die am Wochenende des 20.-21. September an der Jubiläumsausgabe des internationalen Fördepokals teilnahmen und im Campusbad um Medaillen, Jubiläumspräsente und den Wanderpokal "Fördepokal", eine antike Engel-Figur mit Schwimmring, kämpften. "Das wird anstrengend, denn so viele Meldungen hatten wir noch nie - aber es wird auch ein Fest!", konstatierte Danny Nainzadeh, 1. Vorsitzender vom FSK.

Ein Fest wurde es und ein erfolgreiches noch dazu: Nach den Grußworten des Oberbürgermeisters Fabian Geyer konnte sich der FSK, der selbst mit 31 Aktiven am Wettkampf teilnahm, Sonntagabend über mehr als 60 Platzierungen unter den ersten drei Schwimmer*innen freuen. Dabei waren es nicht nur die Platzierungen, welche die jungen Sportler*innen antrieben: "Für mich ist das Zusammensein mit meinen Freundinnen richtig wichtig", so eine junge Schwimmerin. Und



so wurde zwischen den Läufen gespielt, gehäkelt, gemalt, gelacht und natürlich lautstark angefeuert, besonders, als es zu den Finalläufen kam, die an beiden Tagen nachmittags stattfanden.

Der "Fördepokal" ging am Ende an die Schwimmer und Schwimmerinnen des Elmshorner MTV - zum wiederholten Male, hatten sie ihn doch erst samstagsmorgens wieder mit nach Flensburg gebracht.

Und, nach dem Fördepokal ist für den FSK vor den Förde-Masters. Diese traditionelle Schwimmveranstaltung wird am 21. Februar 2026 - und dann auch schon zum 44. Mal - im Campusbad stattfinden - und die Planung ist schon voll im Gange...

Nadine



Die SHSV Kurzbahnmeisterschaften

Am 11./12. Oktober 2025 richtete der SV Neptun Kiel im Auftrag des ausrichtenden Schleswig-Holsteinische Schwimmverband e.V. (SHSV) die Kurzbahnmeisterschaften im 25-m-Becken der Universitätsschwimmhalle in Kiel aus.

Am frühen Samstagmorgen machte sich das Team aus Flensburg mit 10 Schwimmer*innen auf den Weg nach Kiel. Beim Eintreffen herrschte bereits Wettkampfatmosphäre: Die Halle präsentierte sich mit sechs Bahnen, einer Wassertiefe zwischen 1,80 m und 3,50 m sowie einer Wassertemperatur von etwa 26 °C.

Die Stimmung war fokussiert: Schwimmer*innen und Trainer*innen unseres Klubs tauschten sich vor dem Wettkampf aus, blickten auf persönliche Zielzeiten, Bestzeiten und Teamleistungen. Am Samstag startete pünktlich um 09:00 Uhr der erste Wettkampf. Unsere Schwimmer*innen zeigten sich gut vorbereitet: Zahlreiche persönliche Bestzeiten wurden geschwommen – einige sogar deutlich verbessert.

Jennifer Nissen (Jahrgang 2013) und Lasse Maximilian Rottmann (Jahrgang 2012) haben sich den Titel der/des Landesjahrgangsmeisters/in gesichert.

Auch alle anderen Schwimmer*innen haben ihr Bestes gegeben und sich gute Plätze erschwommen.

Rückblickend bleibt die Feststellung: Diese Landes-Kurzbahnmeisterschaften waren eine wichtige Etappe im Saisonverlauf. Für viele heißt es nun: Erholung, Auswertung, Training mit Blick auf die kommenden Jahre sowie Technik- und Kraftarbeit über Wasser und an Land. Wir blicken auf künftige Wettkämpfe mit Vorfreude – und sind bereit für neue Herausforderungen!

Maja





31. Herbst-Nachwuchsmeeting in Kiel

Mit großer Freude ging es am 19. Oktober 2025 nach Kiel. Der SV Wiking hatte zum 31. Herbst-Nachwuchsmeeting in die Universitätsschwimmhalle nach Kiel geladen.

Ungewöhnlich spät, um 12:15 Uhr, startete der Einlass. Viele Familien freuten sich über die Uhrzeit und nutzen den Vormittag noch für ein schönes gemeinsames Frühstück.

Mit insgesamt 11 Sportlerinnen startete der FSK. Die Stimmung war ausgelassen und die Vorfreude groß. Beim Blick durchs Melderegister lag eine reelle Chance in der Luft mit Medaillen nach Hause zu fahren. Nach dem Aufbau des Lagers ging es schon ans Einschwimmen und der Wettkampf begann.

Es wurde gejubelt, vom Beckenrand angefeuert, es wurden Bestzeiten geschwommen und eine wunderschöne Zeit mit Teamkolleginnen und Freundinnen verbracht. So wird klar, warum Schwimmen ein Mannschaftssport ist.

Am Ende des Tages konnte der FSK mit 14 Goldmedaillen, 18 Silbermedaillen und 15 Bronzemedaillen wieder nach Flensburg fahren. Ein voller Erfolg!

Heike





45. Sydcup 2025 in Haderslev, Dänemark

Der Sydcup war echt super, als Schwimmer müsste man das einmal erlebt haben. Die Dänen sind sehr gastfreundlich und der Wettkampf an sich hat schon ne super Atmosphäre. Die Finals sind echt cool, dass man aufgerufen wird und dazu alle Lichter auf einen gerichtet sind ist einfach ein krasses Erlebnis. Ich war zwar das erste Mal dort, aber ich verstehe, wieso Vereine auch von weiter weg dort waren.

Papou



Beim Sydcup 2025 dabei waren:

Papou Blank (2011), Finn Bohligh (2010), Linnea Bohligh (2012), Mia Degenhardt (2013), Marie Horstkotte (2013), Mika Lund (2010), Annie Matthiesen (2011), Jennifer Nissen (2013), Alex Pedrosa (1978), Femke Scheppler (2014), Vincent Strauchfuß (2009), Laura Timmermann (2013), Julia Wroblewski (2008)

Es wurden bei 123 Einzelstarts 51 persönliche Bestzeiten geschwommen, Schwimmer/innen des FSK waren 29 Male im Finale und Papou, Mia, Jennifer, Laura und Julia erreichten Platzierungen unter den ersten drei.

Das war ein erfolgreiches und vor allem wieder einmal ein tolles Wochenende mit großartiger Stimmung und viel dänischem Flair.

Nadine





Norddeutscher Nachwuchsländerkampf

Berlin – 22.11.2025

In diesem Jahr wurde ich vom SHSV zum Norddeutschen Nachwuchsländerkampf nach Berlin eingeladen – eine Nachricht, über die ich mich riesig gefreut habe. Schade war nur, dass ich diesmal die einzige Teilnehmerin aus unserem Verein war. Zum Glück wurde ich vom FSK-Trainer Alex begleitet, sodass die Fahrt trotzdem in guter Gesellschaft stattfand.

Anreise am Freitag

Am Freitagmittag trafen wir uns mit Alex am Campusbad, wo mich Mama abholte und uns nach Neumünster zum gemeinsamen Treffpunkt fuhr. Um 13:15 Uhr startete die SHSV-Mannschaft Richtung Berlin. Nach einem kurzen Zwischenstopp, um weitere Schwimmerinnen, Schwimmer und Trainer aufzunehmen, ging die Fahrt weiter. Gegen 19:00 Uhr erreichten wir schließlich unsere Unterkunft, das „Generator“ in Berlin-Mitte.

Das Zimmer, ausgelegt für vier Personen, war mit zwei Hochbetten zwar recht klein, aber ich teilte es mir mit Estelle, Maja-Kristin und Sophia, alle Drei total nett, sodass es trotzdem gemütlich war. Am Abend gab es noch ein gemeinsames Essen und ein Treffen mit der gesamten SHSV-Mannschaft.



Wettkampftag am Samstag

Der Samstag begann früh: Um 7:00 Uhr aufstehen, Sachen packen, frühstücken und los zur Schwimm- und Sprunghalle im Europasportpark. Die große, beeindruckende Halle kannte ich schon vom Vorjahr, doch sie beeindruckt mich jedes Mal aufs Neue – ein riesiges 50-Meter-Becken mit zehn Bahnen, dazu das Sprungbecken mit Türmen bis 10 Meter. Während unseres Einschwimmens trainierten die Turmspringer und zeigten atemberaubende Sprünge.

Für mich standen in diesem Jahr folgende Strecken auf dem Programm:

- 50 m Brust
- 50 m Schmetterling
- 50 m Freistil
- 100 m Brust
- 100 m Freistil

Besonders die Freistilstrecken waren eine Herausforderung, da Freistil nicht unbedingt mein Lieblingsstil ist. Trotzdem habe ich mein Bestes gegeben und konnte wertvolle Punkte für das Team sammeln. Insgesamt erreichte der SHSV im Länder-Vergleich den 6. Platz.



Rückreise und Ausklang

Gegen 14:00 Uhr war der Wettkampf beendet. Nach einer kurzen Verabschiedung durch den Landestrainer machten Alex, Mama und ich uns auf den Rückweg. Ohne Stau kamen wir gegen 18:30 Uhr wieder am Campusbad in Flensburg an, wo wir Alex absetzten.

Der Sonntag stand dann ganz im Zeichen des Ausruhens – und für mich ging es noch auf den ersten Weihnachtsmarkt der Saison.

Jennifer



Nachruf

Ehrenmitglied Heinz Preußer



geb. 28. Februar 1936 – gest. 11. Januar 2025
Mitglied im FSK seit dem 1. September 1951

Ausdauernd – so kann man Heinz Preußer wohl am treffendsten beschreiben. Ausdauernd war er im Wasser, wenn er seine Bahnen zog, oder in seiner geliebten Flensburger Förde schwamm. Nicht der Schnellste vielleicht, aber einer, der durchhielt – der mit ruhigem, stetigem Zug ans Ziel kam. Und wenn er von Holnis nach Langballig schwamm, dann zeigte er allen, was für ein „fixer Kerl“ er war.

Diese Ausdauer prägte auch seine Vereinstreue. Seit unglaublichen 74 Jahren war Heinz Mitglied im FSK – ein wahres Urgestein unseres Vereins. Schon 2001 wurde er zum Ehrenmitglied ernannt, und bis zuletzt blieb er uns verbunden. Auch wenn er in den letzten Jahren nur noch zu den Versammlungen kam, freute er sich jedes Mal darauf, alte Freunde und Weggefährten zu treffen und ein paar Worte zu wechseln. Mit einem Augenzwinkern fragte er dann oft, ob man ihn im FSK überhaupt noch brauche – worauf die Antwort stets lautete: „Über fördernde Mitglieder freuen wir uns immer!“

Neben seiner Familie, seiner Frau Karin, seinen Kindern Kay und Kerstin sowie den Enkelkindern, galt seine Leidenschaft auch seinem Beruf als Konditormeister und dem Segelsport. Mit Freude las er die Berichte über den FSK in der Zeitung – der Verein blieb immer ein Stück Heimat für ihn. Wir sind Heinz Preußer zu großem Dank verpflichtet, denn auch nach seinem Tod hat seine Familie den FSK bedacht: Statt Blumen wünschte sich die Familie eine Spende zu Gunsten unserer Jugendabteilung. Seine ausdauernde, freundliche Art und seine jahrzehntelange Verbundenheit werden uns in lebendiger Erinnerung bleiben. Unser Mitgefühl und herzlicher Dank gelten seiner Frau, seinen Kindern und Enkelkindern.

Tanja

Neues vom Kampfrichterobmann

Als Erstes möchte ich mich wieder bei Euch aktiven Kampfrichtern (ob mit oder ohne eigene schwimmende Kinder) ganz herzlich bedanken, was ich ganz persönlich bei meinem Dankeschön-Abend mit leckerem Grillfleisch, im Akkord gemischten Mixgetränken durch Caren und Kathrin und einer wirklich tollen und lustigen Stimmung an Euch weitergeben wollte!!!

Ich werde nicht müde, zu sagen...

Ihr seid das Pfund, welches notwendig ist, um unsere Kids und Masters bei Wettkämpfen starten lassen können.

Ohne Euch ist das Wettkampfschwimmen einfach nicht möglich!

... Daher mein Dank an alle Aktiven und meine große Bitte an alle, die jetzt anfangen, Ihre Kinder zu Wettkämpfen anzumelden, um an ihrer Entwicklung und dem natürlichen Drang, sich mit anderen zu messen, teilzuhaben. Ihr Eltern der kleinen Wettkampfschwimmer seid enorm wichtig, als Kampfrichter Euren Kids solche Wettkämpfe zu ermöglichen, denn ohne Karis können wir keine Meldungen für Wettkämpfe mehr in dem bisherigen Umfang durchführen.

Weil wir aber keinem der Kids diese schöne und wichtige Entwicklung vorenthalten wollen, sind wir auf Eure Mitarbeit als Kampfrichter angewiesen!

Ich hatte ja schon einmal per Mail zur nächsten Kari-Ausbildung Ende Januar 2026 (Samstag 31.01.2026 Beginn) eingeladen und es haben sich auch bereits 5 Personen angemeldet (inklusive



einer Mastersschwimmerin), aber das reicht natürlich noch nicht, um unsere gewünschten Wettkampfmeldungen künftig durchführen zu können.

Daher an dieser Stelle nochmals mein Aufruf... meldet Euch ganz schnell noch für die Ausbildung zum Kari an, ist von so vielen Eltern (auch ohne schwimmerische Vorbildung) bereits erfolgreich absolviert worden und Ihr habt keine Kosten dafür. Ausbildung, Starterpaket (Pfeife, Stoppuhr und Kampfrichtershirt) stellt der FSK gerne für Euch.

Die Kari-Fortbildung wurde wieder zahlreich besucht, um die Lizenzen aufrecht zu erhalten und sich auf den neuesten Stand zu bringen. Dank unserer Ausbilder Dirk Dobrowolski und seiner rechten Hand Hans-Jürgen Roy ist diese Fortbildung wie immer sehr gelungen und kurzweilig gewesen.

Ich bin für alle Eure Fragen per Mail (kampfgericht@flensburger-schwimmklub.de) und WhatsApp/telefonisch (01726070492) jederzeit erreichbar.

Gruß Stefan

P.S.

Was mir persönlich sehr positiv in der jüngeren Vergangenheit und bei den letzten Wettkämpfen (egal ob vom TSB oder FSK ausgerichtet) aufgefallen ist, dass die gegenseitige Unterstützung bei zu stellenden Karis und drumherum weit mehr als notwendig stattfindet, und dass ohne großes

Aufheben. Für mich eine sehr positive Entwicklung, die ich unbedingt weiter fördern möchte, denn ich finde, wir sollten uns innerhalb der Stadt gegenseitig unterstützen und wir haben derzeit eine sehr angenehme Atmosphäre und Zusammenarbeit unter unseren Vereinen schaffen können.

Neues aus dem Klubheim

Hallo ihr Lieben,
was gibt es Neues zu berichten? Neben der üblichen Nutzung wurde das Klubheim im letzten halben Jahr für verschiedene Feiern gebucht. Neben Geburtstagen – sogar mit großer Kürbisschnitzaktion :-)) – wurde natürlich der Einstand der Wasserballer als Sparte des FSK gebührend gefeiert. Wie ihr an den Bildern sehen könnt, stets schön dekoriert und dank unserer neuen Soundbox auch Musik-technisch ganz weit vorne.

Einigen von euch ist sicher nicht entgangen, dass wir unseren obligatorischen Glühweinabend mangels Teilnehmer abgesagt haben. An dieser Stelle ganz herzlichen Dank für die z.T. direkten Rückmeldungen und euer Bedauern, dass es dieses Jahr nicht gepasst hat. Aber macht euch bitte keine Sorge, wir werden auch nächstes Jahr wieder einen Glühweinabend planen und bestimmt auch durchführen können.

Aber wenn ihr dies lest, werden wir schon im neuen Jahr sein und statt dem Glühweinabend wird unsere Silvesterparty das Highlight zum Jahresabschluss gewesen sein.

So blicken wir denn auch im Klubheim nach vorne und bieten euch folgende Termine zum geselligen Beisammensein:

Datum	Veranstaltung
06.02.2026	1. Klubheimabend im neuen Jahr
13.03.2026	Vorörterlicher Klubheimabend
April/Mai	Garten und Grillaktion (genauer Termin folgt wetterabhängig)
Juni	wir öffnen unsere Pforten für die WM-Spiele mit deutscher Beteiligung

Solltet ihr selbst einmal Interesse haben, das Klubheim zu buchen, könnt ihr gerne euch gerne bei mir melden (klubheim@flensburger-schwimmklub.de) oder bei einem anderen Vorstandsmitglied melden.

Liebe Grüße
Caren und euer Klubheimteam



FSK Wasserball – Jahresrückblick 2025

2025 brachte für die Wasserballsparte viele neue Veränderungen mit sich. Einige wollen wir hier mit euch teilen:

Unsere neuen Tore

Wir haben vom TV Keitum Wasserballtore geschenkt bekommen. Im März konnten wir diese ins Campusbad transportieren und mit ihnen trainieren. Wir freuen uns über diese Möglichkeit, uns taktisch und spielerisch verbessern zu können!

Training am Schlachthof

In den Osterferien haben wir nicht im Campusbad, sondern am Schlachthof trainiert. Normalerweise trainieren wir vor unserer Wasserzeit immer am Land. Dieses Mal haben wir am Schlachthof unser Landtraining erweitert und die Geräte und unser Eigengewicht genutzt.



Das erste Freundschaftsspiel

FSK gegen Jedermann/-frau. Das war der Name unseres allerersten Freundschaftsspiels in Eldorf-Westermühlen. In deren Freibad haben wir gegen eine gemischte Mannschaft aus unterschiedlichen Vereinen aus Schleswig-Holstein gespielt.

Für uns war dies ein großartiges Erlebnis, uns als Mannschaft in einer Spielsituation kennenzulernen. Außerdem kamen wir so mit anderen Mannschaften ins Gespräch und haben neue Kontakte knüpfen können.

Offizielle Aufnahme im Verein des FSK

Die für uns wohl freudigste Nachricht für uns Wasserballer:innen gab es im Juli 2025: Auf der Jahreshauptversammlung wurde über die Aufnahme in den Verein diskutiert, nachdem wir eine 1,5 Jahre lange Probephase über den FSK gehabt haben. Mit großer Mehrheit wurde unsere Sparte nun offiziell in den Verein aufgenommen. Vielen Dank für jede Stimme!

Training am Ostseebad

In den Sommerferien haben wir – wie jedes Jahr – das Training an den Ostseebadstrand verlegt. Unsere selbstgebauten Tore dürfen wir am Flensburg Roklub lagern. Gegenüber trainierten wir dann in der Ostsee. Durch die Strömungen und Wellen bekamen wir hier nochmal ein anderes Gefühl für das Wasser. Mit Blick auf unsere schöne Flensburger Förde konnten wir so die Sommermonate bestmöglich nutzen.

Veränderungen unseres Trainer:innenduos

Unsere Trainerin Lia hat uns leider verlassen, da sie aus Flensburg weggezogen ist. Dank Lia konnten wir unsere Schwimmtechnik optimieren oder neu erlernen. Sie war uns seit Beginn immer eine große Stütze und hat uns mit viel Freude ans Schwimmen herangeführt.

Neue Trainingszeit

Am Donnerstag (Treffpunkt 17:45 Uhr im Vorraum des Campusbads) haben wir eine neue Trainingszeit hinzubekommen. Hier liegt der Fokus besonders auf die Schwimmtechnik und der Ausdauer. Wer Interesse hat, kann gerne vorbeikommen und mitmachen!

Dänisch-deutsche Freundschaft

Wasserball ist eine Randsportart und etwas ganz Besonderes. Sie zählt zu einer der ältesten olympischen Disziplinen. Und genau deshalb und, weil wir sehr viel Spaß an der Sportart haben, ist es uns wichtig, Wasserball wieder bekannter zu machen.

Ein nächster Schritt war es, dass wir Besuch von unseren Wasserballfreunden aus Sønderborg bekommen uns mit ihnen zusammen trainiert

haben. Ein paar Wochen später haben wir uns im November nach Sønderborg auf den Weg zum Training gemacht. Das möchten wir gerne wiederholen und die deutsch-dänische Wasserballfreundschaft weiter ausbauen.

Im Jahr 2025 ist also viel passiert. Wer möchte, darf uns auf Instagram folgen, um nichts mehr zu verpassen (@flensburgwasserball).

Lavinia



@FLENSBURGWASSERBALL



Neues von den Masters

Seit der Jahreshauptversammlung habe ich das Amt der Masterswartin von Jule übernommen. Für alle, die mich noch nicht kennen: Ich bin Charlotte, 22 Jahre alt, geboren und aufgewachsen in Luxemburg. Vor vier Jahren bin ich mit meiner Familie in den Norden nach Dänemark gezogen und vor einem Jahr für mein Studium nach Flensburg. Ich studiere Lehramt im dritten Bachelorsemester an der Europa-Universität. In Luxemburg war ich leidenschaftliche Schwimmerin. Nach einer längeren Pause habe ich letztes Jahr meine Freude am Schwimmen wiederentdeckt und bin dem FSK beigetreten. Seitdem trainiere ich regelmäßig bei den Masters.

Mit großer Freude konnten wir in den vergangenen Monaten viele neue interessierte Mitglieder begrüßen, die unsere Mastersgruppen weiter gefüllt haben. Dadurch sind die Bahnen inzwischen teilweise sehr stark ausgelastet. Besonders im Anfänger- und Technikbereich zeigt sich weiterhin eine konstant hohe Nachfrage nach dieser Gruppe.

Außerhalb des Trainingsbetriebes fanden zwei spannende und großartige Wettkämpfe mit Beteiligung unserer Masters statt. Im August wurden in Rostock die 31. Internationalen Deutschen Meisterschaften der Masters im Freiwasserschwimmen ausgetragen, an denen mehrere unserer Masters teilnahmen. Am 15. November folgten die Bezirksjahrgangs- und Mastermeisterschaften der Langen Strecken der Kreise RD-ECK, FL, SL-FL und NF in Flensburg, bei denen Diana Nainzadeh an den Start ging.

Mit großer Freude blicken wir auf den Februar 2026, wenn am 21.02. unsere 44. Internationalen Förde-Masters stattfinden.

Falls es Fragen gibt, oder sonstige Anliegen spricht mich gerne in der Halle an oder schreibt mir eine an masters@flensburger-schwimmklub.de.

Charlotte



Bestandene Schwimmabzeichen im Zeitraum Juni-November

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

Seepferdchen

Freda
Azra
Lotta

Vincent
Anna
Malin



Bronze

Tamme
Mark
Mikkel
Robin
Elsa
Jorin
Ehmi Madita
Ayoub

Mika
Helena
Greta
Thies
Paul
Marie
Lilly
Cajo



Silber

Ayoub
Jette

Smilla
Thies
Greta



Gold

Lilly
Ehmi Madita
Nieke



Herzlichen Glückwunsch und schön, dass ihr dabei seid!

Geplante Wettkämpfe

1. Halbjahr 2026

Datum	Wettkampf	Ort	Anmerkung
17./18.01.2026	Bezirks- und Jahrgangsmeisterschaften	Rendsburg/Niebüll	
24./25.01.26	SHSV-Lange Strecke	Elmshorn	Qualifikation
31.01.26	DMS-Frauen	Kiel	Trainer melden
07.08.02.26	Winterwettkämpfe	Kiel	Alle 2010 - 2017
14./15.02.26	NDM-Langstrecke	Magdeburg	Qualifikation
21.02.26	44. Fördermasters	Flensburg	
27.02-01.03.26	Piranha Meeting	Hannover	Richtzeiten/Trainer legen fest
07.03.26	2. Elmshorner Frühjahrsmeeting	Elmshorn	
21./22.03.26	SHSV MS	Lübeck	Qualifikation
07.08./03.26	Neptun Schwimmfest	Kiel	
26.03 - 12.04.26	Ferien ggf. Training	Flensburg	
25./26.04.26	NDM SMK	Hamburg	Qualifikation
08.-10. 05.26	NDM	Braunschweig	Qualifikation
05.-07.06.26	DJaM SMK		Qualifikation
09.-13.06.26	DJM		Qualifikation
27.06.26	SHSV-Sprint Meisterschaften		Qualifikation

Vorstandsmitglieder

Geschäftsführender Vorstand



1. Vorsitzender

Danny Nainzadeh

1.vorsitz@flensburger-schwimmklub.de



2. Vorsitzender

Thomas Kjærsgaard

2.vorsitz@flensburger-schwimmklub.de



Kassenwart

Michael Seitner

geschaeftsstelle@flensburger-schwimmklub.de



Kassenwart

Andreas Rossen

geschaeftsstelle@flensburger-schwimmklub.de



Schriftwart

Joachim Orth

protokoll@flensburger-schwimmklub.de



Schwimmwart/in

Vakant

Verwaltung: Melanie Kjærsgaard

schwimmwart@flensburger-schwimmklub.de

Erweiterter Vorstand:



Masterswartin

Charlotte Prum

masters@flensburger-schwimmklub.de



Klubheimwartin

Caren Grünwald

klubheim@flensburger-schwimmklub.de



Kampfrichterobmann

Stefan Berk

kampfgericht@flensburger-schwimmklub.de



Pressewartin

Nadine Malich-Bohlig

presse@flensburger-schwimmklub.de



Jugendwartin

Lena Levsen

jugend@flensburger-schwimmklub.de



Jugendwart

Christian Krämer

jugend@flensburger-schwimmklub.de

Kontakte

Geschäftsstelle

Annika Rottmann

geschaeftsstelle@flensburger-schwimmklub.de

Anfängerschwimmen

Charlotte (Lotti) Dürger

anfaenger@flensburger-schwimmklub.de

Schwimmschule

schwimmschule@flensburger-schwimmklub.de

Jugendarbeit Aktivensprecher

Felicia Flüge und Emil Ernst

FSK-Aktuell

Nadine Malich-Bohlig

presse@flensburger-schwimmklub.de

Vereinskleidung

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



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

bürooeding
natürlich engagiert

Satz, Layout und Vertrieb

Erik-Sebastian Kanzler

bürooeding

Husumer Straße 68

24941 Flensburg

0461 318 51 75

kontakt@buerooeding.de

www.buerooeding.de



Fotos

FSK (m.E. Danny Nainzadeh)

Stefan Berk,

Ulrike Thielemann,

Alex Pedrosa

Nadine Malich-Bohlig

Christian Kräme

Melanie Kjærsgaard

Nicole Nissen

Andreas Mommsen



...eine Ausnahme in der

Welt der PR-Agenturen

Tel. 0461 318 51 75 | kontakt@buerooeding.de | www.buerooeding.de



**Stadtbäckerei
Nissen**

Glücksburg - Rathausstr.13 - Tel: 04631 - 600 10



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