

Wie verhalte ich mich bei einem Wettkampf?

- ⇒ Es ist wichtig, dass Ihr pünktlich am Abfahrtspunkt, bzw. am Schwimmbad erscheint. Denn gerade wenn Ihr Euch mit dem Wettkampfablauf noch nicht so auskennt, kann es ganz schnell passieren, dass Ihr Euren ersten Start sonst verpasst - oder Eure Mitfahrer, falls Ihr nicht rechtzeitig abfahren könnt.
- ⇒ Bitte bleibt während des gesamten Wettkampfs bei Eurer Gruppe. Wenn Ihr weggeht (z.B. zur Toilette), dann sagt unbedingt Eurem Trainer / Eurer Trainerin kurz Bescheid, damit Euch niemand suchen muss.
- ⇒ Der erste Punkt bei einem Wettkampf ist das Einschwimmen. Eure Trainer*innen werden Euch sagen, wo und was Ihr schwimmen sollt. Wichtig ist auch, dass Ihr ein paar Wenden und Starts ausprobiert!
- ⇒ Danach geht's gleich wieder ab zum Platz und hier werden bitte sofort trockene Sachen angezogen, damit Ihr nicht auskühlt! Die nassen Badesachen hängt Ihr in der Zwischenzeit möglichst irgendwo zum Trocknen auf!
- ⇒ Brille, Badekappe und was Ihr sonst noch für Euren Start braucht, legt Ihr am Besten immer gleich bereit, damit es dann kein hektisches Suchen kurz vor dem Start gibt! Auch an Ersatz-Brille / -Badekappe denken!
- ⇒ Essen und Trinken muss natürlich sein. Aber die Wurstsemmel muss man sich nicht kurz vor dem Start „reinstopfen“. Wenn Ihr etwas Essen möchtet, dann nutzt dafür längere Pausen zwischen den Starts, oder die Mittagspause! Gegen Durst am Besten ausreichend Wasser / Mineralwasser, oder Tee mitnehmen!
- ⇒ Nach Eurem Start führt Euer erster Weg zu dem Zeitnehmer, der hinter dem Startblock auf Eurer Bahn steht. Lasst Euch die genaue Zeit sagen, die dieser gerade für Euch gestoppt hat und merkt sie Euch.
- ⇒ Danach geht's ab zu Eurem Trainer / Eurer Trainerin - sagt ihm / ihr am Besten gleich die geschwommene Zeit, die Ihr vorher beim Zeitnehmer erfragt hattet, damit die Zeit kontrolliert werden kann (in vielen Fällen stoppen die Trainer Eure Zeit zur Kontrolle mit). Nun ist es auch an der Zeit für ein Lob, oder auch dafür, Euch zu sagen was nicht ganz so optimal gelaufen ist und vielleicht nochmal geübt werden muss.
- ⇒ Wenn es in dem Bad die Möglichkeit dazu gibt, solltet Ihr Euch nach jedem Start ein paar Bahnen in einem anderen Becken „ausschwimmen“. Genaueres dazu werden Euch die Trainer*innen sagen.
- ⇒ Nun zurück zum Platz und gleich wieder trockene Sachen anziehen!
- ⇒ Oft ist eine Siegerehrung erst am Ende des Wettkampfs. Diese Siegerehrung gehört jedoch noch zum Wettkampf mit dazu und deshalb holt sich auch bitte jeder seine Auszeichnungen selbst ab. Wer nicht mehr da bleiben will, kann nicht erwarten, dass ihm die Sachen „hinterher getragen“ werden! Auch wenn Ihr selbst keine Medaillen ergattern konntet, freuen sich Eure Mitschwimmer sicher über Euren Applaus!
- ⇒ Ein Wettkampf-Tag ist sehr lang...trotzdem solltet Ihr noch ein paar Minuten übrig haben, um Euren Trainer*innen Bescheid zu sagen und Euch zu verabschieden, wenn Ihr mit Mama und Papa nach Hause fahrt!
- ⇒ Es schadet übrigens nichts, wenn Ihr Euch beim Wettkampf auch mal die „großen“ und vielleicht schon besseren Schwimmer ansieht. Dabei könnt Ihr sicher noch einiges lernen!

⇒⇒⇒ Und zum Abschluss noch ein paar ganz wichtige Worte an Mama, Papa und sonstige Begleitpersonen:

Beim Wettkampf hat das Trainer-Team das Kommando und sagt den Kindern wie alles abläuft. Aber wie so oft, liegt auch hier der Erfolg in der guten Zusammenarbeit zwischen Eltern und Trainern :-)
 Das Anfeuern der Kinder ist natürlich wichtig - aber bitte nur von der Seite des Schwimmbeckens. Denn von der Startblock- und Wenden-Seite ist dies nicht erlaubt und kann zur Disqualifikation des Kindes führen!