

## RZO-Cup vom 8. Mai 2010 in Amden

Kaum ist Luxembourg verdaut, stand am Ende der Zürcher Frühlingsferien der RZO Cup in Amden an. Nach dem super Erfolg der „ältesten“ Schwimmerinnen an den Schweizer Meisterschaften in Lausanne, wollten sich unsere Jüngsten nicht lumpen lassen, und haben sich, trotz Schulferien, am Donnerstag und Freitag zum Extratraining getroffen.

Zum ersten Mal durften sie in Altstetten in der Sprunggrube trainieren, was speziell Spass gemacht und Anklang gefunden hat. Auch wir Eltern kamen in Altstetten nicht zu kurz, da das Bad ein Restaurant mit Blick auf die Schwimmbecken sowie diversen Köstlichkeiten bietet – was von Susi, Carry und diversen Kindern geschätzt, getestet und als gut befunden wurde.

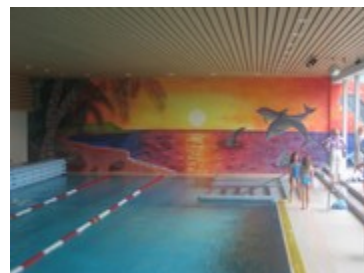
Die Küren, bei welchen z.T. noch etwas geändert werden musste sowie die Pflichtfiguren, die teilweise zum ersten Mal geschwommen wurden, mussten fleissig geübt werden.

Dann war es soweit, am Samstagmorgen um 8h30 traf sich das LNZ Team, bestehend aus 13 Schwimmerinnen der Novizen (Anja, Alissa, Jeanne, Nicole, Tessa), Jug.IIIA & B (Amira, Jasmin, Julia, Mira, Rachel, Sarina) sowie vom D-Team (Corina, Samira), im Tannenrauch.

Einiges an Organisation gab es im Vorfeld wegen des neuen Kindersitzobligatoriums. Haben wir auch wirklich genügend Kindersitze in den vier Autos, oder müssen wir mit dem Zug die Reise antreten? Einige Mails gingen hin und her, und schlussendlich hatten wir die Sitze beisammen.

Der Abfahrt stand nichts mehr im Wege - aber oh Schreck, Amiras Wecker ging nicht los – sodass wir die Verteilung der Kinder auf die Autos ein wenig umstellten, und alle bis auf eins, losfuhren. Mit nur ca. 15 Minuten Verspätung konnte sich Urs Zollinger, zusammen mit Tessa und einer „aufgewärmten“ und „ausgeschlafenen“ Amira, auf den Weg machen.

In Amden angekommen, hiess es auspacken, umziehen, ein schwimmen. Es trafen sich sechs Vereine (Blue Flamingo Amden, Limmat Nixen Zürich, SC Flös Buchs, Schwimmclub Bülach, Schwimmclub Dübendorf, Wassersport Bäretswil) mit total 60 Schwimmerinnen im eher kleinen und hellen Hallenbad, aber sehr freundlichen.



Die Richter und Mannschaftsführer trafen sich im Schulzimmer im oberen Stock, was einiges an Gelächter und nostalgischen Erinnerungen bei uns hervorrief, da wir auf Primarschulstühlen an den Kinderpulten sitzen durften.

Letzte Tipps wurden von den mitgereisten Trainerinnen Chantal, Stéphi, Joëlle und Pati gegeben, bevor es um 10h45 pünktlich mit den Pflichtfiguren sowie dem Tauchen, Crawlsprint und Musikschwimmen losging. Etwas Verwirrung herrschte am Anfang, bis alle wussten, wo sie genau starten mussten, danach lief es wie am Schnürchen und der Wettkampf ging zügig voran.

Joëlle als Richterin bei der Kat. 1 (Test 0-4) wurde recht gefordert bei der Bewertung der Kleinsten. Sehr genau hinschauen musste sie, da teilweise Figuren mehr unter, als über dem Wasser gezeigt wurden, oder war das, das Tauchen? Die Novizen der LNZ hielten sich tapfer über Wasser und zeigten allesamt eine super Leistung. Stéphi, ihre Trainerin, war mächtig stolz auf sie und äusserst zufrieden.



Auch Julia, welche ganz alleine in der Kat. 2 (Test 5-6) gestartet ist, hat gezeigt was sie kann, und dies nach vier Wochen ohne Training, super.

Bei der Kat. 3 (Test 7-8) machte der Barracuda Spinning 180° vielen zu schaffen, oder haben die Nixen die Figur nicht richtig verstanden? Einige der Konkurrentinnen kamen eher schräg aus dem Wasser?! Musste das so sein, oder ist es auch in Ordnung wenn man ihn gerade macht? Das Ziel der Nixen war klar, sie wollten ihn möglichst gerade hinkriegen, was den Meisten auch gelang, und natürlich korrekt war...

Um 12h30 war eine wohlverdiente, aber kurze Mittagspause angesagt, bevor es um 13h00 bereits mit dem Kürtraining zu Musik weiter ging. Jede Kategorie hatte 15 Minuten Wasser und Musik zur Verfügung, um den Kürren unter Anleitung der TrainerInnen den letzten Schliff zu geben.



Es wimmelte von Armen und Beinen im Wasser, die alle mehr oder weniger dasselbe machten. Ein absolut faszinierender Anblick, wenn knapp 30 Mädchen zusammen in einem 20-Meter-Becken eine Kür üben.

Nach dem Einschwimmen starteten um 13h50 die ersten 10 der Kat. 1 mit der Kür. Pati sowie bestimmt auch die zahlreich erschienenen Zuschauer, waren äusserst dankbar, dass nur jeweils 8-10 einer Kategorie die Kür schwammen, danach kam die nächste Gruppe an die Reihe. Denn 30x dieselbe Musik mit exakt derselben Kür – obwohl es da, vor allem in der Kat. 1, Variationen gab – gleich hintereinander, ist doch etwas sehr anstrengend und schwierig für die Beurteilung, im inzwischen sehr warmen Bad, da die Sonne durchs grosse Fenster schien.

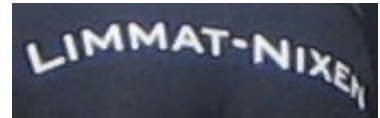
Die 60 Kürren wurden effizient, mit viel Applaus und motivierenden Rufen durchgeschwommen, sodass die Rangverkündung – so Computer will – bereits um 15h30 draussen in der Sonne stattfinden konnte.

Zuerst wollten wir noch ein Limmat Nixen Gruppenbild auf die Beine stellen – Pati wünschte sich kein langweiliges Foto, was Anja zu kreativen Ideen anspornte, welche Pati mit grossem Hallo und tollen Tipps von uns Zuschauern in die Tat umsetzte... Die frische Luft und die Sonne hat die Mädchen nochmals zu Höchstleistungen angespornt, wie man den Bildern entnehmen kann:



Inzwischen haben sich alle Teilnehmerinnen sowie die Zuschauer, Richter und Trainer draussen auf der Wiese versammelt, und die Spannung stieg ein letztes Mal – die Rangverkündigung begann.

Gestartet wurde mit den Jüngsten (Kat. 1, Test 0-4) und die Limmat Nixen konnten bereits zum ersten Mal jubeln, Alissa gewann die Bronzemedaille. Schlag auf Schlag folgten die anderen Novizen: 4. Platz Tessa, 5. Anja, 7. Nicole und 9. Jeanne. Herzliche Gratulation - alle unter den ersten 10 – ein voller Erfolg!



Dann folgte Kat. 2 (Test 5-6) und wieder jubelten die Nixen – Julia erkämpfte sich den 3. Platz! Bravo – wie würden die LNZ-Girls jetzt sagen? – „Super gmacht!“

In der Kat. 3 (Test 7-8) holten die Limmat Nixen zwar keine Medaille, waren aber trotzdem mit super Platzierungen vertreten: 5. Jasmin, 6. Samira, 7. Amira, 9. Sarina, 13. Corina, 19. Mira, 22. Rachel. Ein tolles Teamresultat sowie mega Leistungen jeder einzelnen Schwimmerin.

Die Schlussbewertung bestand aus 50% Pflicht, 25% Kür und 25% Schwimmen. So mussten die Mädchen ein wenig von allem können, um wirklich gute Resultate zu erreichen.

Wir sind super stolz auf euch und man sieht, der Nachwuchs bei den Limmat Nixen schläft nicht, sie zeigen bereits jetzt super Leistungen, und eifern dem A- und B-Team erfolgreich nach!

Merci viel Mal an die Trainerinnen und/oder Richterinnen Chantal, Joëlle, Pati und Stéphi sowie Susi und Carry, die die Mädchen trotz Ferien super auf den Wettkampf vorbereitet und begleitet haben – man sieht die Leistungssteigerung bei allen Mädchen, welche ohne euch nicht möglich wäre – danke viel Mal!

Ein riesen Dankeschön an Anja, die als Mannschaftsführerin immer und überall für die Mädchen da war und sie mit Essen und Getränken versorgt, trotz Hitze einen kühlen Kopf bewahrt und tolle Fotos geschossen hat!

Auch ein Dankeschön an die FahrerInnen Karin, Urs und Silvio, welche die Mädchen nicht nur sicher und zügig chauffiert, sondern sie auch als Fans unterstützt haben, bzw. hin und her gefahren sind!

Es hat wie immer riesig Spass gemacht, mit euch einen spannenden Wettkampf zu erleben.

Nicola