

Nichts für Landratten

Murten / Es besteht kein Zweifel. Im Wasser fühlen sich die Kinder und Jugendlichen, die das Schwimmen des freiwilligen Schulsports besuchen, wohl. Sie bewegen sich im nasen Element, als wäre es das Selbstverständlichste der Welt.

Die Trainings finden montags, mittwochs und donnerstags statt. «Der Murtenbieter» hat die Montagsgruppe besucht. Von den insgesamt 44 Knaben und Mädchen, die regelmässig schwimmen, sind 21 an diesem Abend eingeteilt. Nachdem sich alle in die Badehosen und Badeanzüge gestürzt haben, wärmen sich die Schülerinnen und Schüler der vierten bis neunten Klasse mit speziellen Übungen am Bassinrand auf. Sie kreisen dazu die Arme, hüpfen oder strecken ihre Glieder. Dann gehts ab ins Wasser. Die Kinder und Jugendlichen sind in zwei Niveaus eingeteilt. Enrico Jutzeler trainiert jene, die schon im zweiten Jahr dabei sind, Ann Barbara Bauer und Anne-Catherine Bongni die Neuen. Dass die drei jungen Erwachsenen die Ausbildung zum Jugend und Sport Leiter abgeschlossen haben, ist erkennbar. Kompetent leiten sie die Schwimmerinnen und Schwimmer an, motivieren und unterstützen sie.

Technik, Ausdauer und Spass

Die Trainingsziele der verschiedenen Gruppen unterscheiden sich gemäss Karin Ermel, Verantwortliche für das Schwimmen beim freiwilligen Schulsport, voneinander. Bei den Fortgeschrittenen werden die Ausdauer, effiziente und lange Tauchphasen, Delfin und regelmässiges Trainieren in einer zweiten Lage grossgeschrieben. Bei den Neuen geht es darum, die Koordination und die Beweglichkeit zu verbessern, mindestens 50 Meter in den Schwimmlagen Crawl, Rücken und Brust inklusive Wenden zurücklegen zu können, die Grundbewegungen für den Delfin zu erlernen, den Startsprung und Tauchphasen einzuüben und spielerisch die Ausdauer zu verbessern. Konkret sieht das an besagtem Montagabend so aus, dass die Schülerinnen und Schüler mal mit geballten Fäusten, dann mit gespreizten Fingern, aber immer unter freundlicher Anweisung ihrer Trainerinnen und des Trainers schwimmen. Mit Hilfe von sogenannten Pull Buoys, die



Während des Trainings schwimmen die Kinder und Jugendlichen fast unermüdet.

zwischen die Beine geklemmt werden und dem Körper Auftrieb verleihen, üben Knaben und Mädchen den Armschlag. Zum Schluss macht die eine Gruppe – noch immer nicht müde – eine Stafette, die andere ein Fangspiel.

Verschiedene Höhepunkte prägen auch das Schwimmsportjahr. Karin Ermel erwähnt das Zeitstoppen, bei dem sich Schwimmerinnen und Schwimmer messen können, die Teilnahme eines oder zwei Teams am Schweizer Schulsporttag und selbstverständlich die Kadettentage im September. Dreimal jährlich, nämlich anfangs Dezember, Ende Januar und im April finden Tests statt. Die dabei gemessenen Zeiten zeigen, wie sich die Leistungen durch stetiges Training verbessern.

Sinnvolle Beschäftigung

Dass sich die Wasserratten wohlfühlen und es ihnen Spass macht etwas zu leisten, zeigt der Besuch beim Training. Müdigkeit oder Unlust scheint es nicht zu geben. Dafür viel Energie, Freude

und Ausdauer. Getragen wird diese Haltung auch von Ann Barbara Bauer, Anne-Catherine Bongni und Enrico Jutzeler, die zwar klare Forderungen stellen, ihre Begeisterung jedoch weiterzugeben verstehen. Für den Einsatz, den sie an freien Abenden leisten, haben sich die beiden Gymnasiastinnen und der gelernte Elektromonteur gemeldet, weil sie selber gute Erfahrungen mit dem Sport gemacht haben und sie gerne mit Kindern und Jugendlichen arbeiten. Dass die zeitliche Belastung hin und wieder dazu führt, dass die beiden jungen Frauen am Wochenende Hausaufgaben machen und lernen müssen, nehmen sie in Kauf. Und Karin Ermel, die an der Orientierungsschule in Murten mit einem vollen Pensum unterrichtet und selber zwei Gruppen trainiert, erklärt: «Alles ist eine Frage der Organisation. Ich möchte meine Arbeit für den freiwilligen Schulsport nicht missen.» Schön, dass es immer wieder Menschen gibt, die sich mit Herzblut für etwas einsetzen. hint



Leiterinnen, Leiter, Kinder und Jugendliche haben Spass an der gewählten Sportart.