

Waka waka eh eh ... This time for Switzerland!

Bei „Waka waka“ denken 42 Wassersportler nicht (mehr oder nur) an die Fußball-WM, sondern an das Trainingslager! Shakira's Song ist für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Trainingslagers unweigerlich mit dem Aufenthalt in der Schweiz, genauer gesagt in Arbon am Bodensee verbunden.

Der musikalische „Sammelruf“ wird alljährlich mit Spannung erwartet und begleitet jeden tage-, manchmal anschließend noch wochenlang als Ohrwurm und bringt gute (und weniger gute) Erinnerungen an das Trainingslager zurück.

Jetzt, mit etwas Abstand betrachtet, waren die unzähligen Bahnen doch nicht ganz so anstrengend, das Wasser doch nicht soo furchtbar kalt, das Wetter nicht nur soo schlecht, oder?

Nach einer unbeschwerten Anreise gestaltete sich die Ankunft am Domizil etwas schwierig, denn der Bus kam nicht um die letzte Kurve! So wurden die Gepäckstücke noch einige Meter getragen zum Haus am See. Die Unterkunft war einladend, bot den Bedürfnissen nach toben, spielen, Musik hören, lesen, faulenzen den richtigen Rahmen, die Zimmer waren „kuschelig, sprich ziemlich eng, doch letztendlich hatte jeder ein Plätzchen gefunden.

Ein Teil der Betreuungscrow war im separaten „Riegel-Haus“ einquartiert (mit Vor- und Nachteilen – mit etwas Distanz, aber dafür eine geräuschvolle Klospülung, sozusagen mit Weckfunktion für's ganze Haus).

Das umfangreiche Training fand im ca. 2 km entfernten Freibad, direkt am Bodensee gelegen, statt. Der Weg dorthin und zurück wurde zweimal am Tag als Laufpensum absolviert. Die Fleißigsten unter den Schwimmerinnen und Schwimmern brachten es auf eine Gesamtschwimmstrecke von mehr als 60 (!!) Kilometern in dieser Woche, somit schwammen sie mehr als sie joggen – wie sich das für Schwimmer gehört.

Wie in der Bildergalerie zu sehen, schwankte die Stimmung ähnlich dem Wetter zwischen sonnig und betrüblich hin und her. Viele litten, wie sie auch in einer kleinen Umfrage bestätigten, unter dem kalten Wasser im Sportbecken – da hat sich manch einer vor lauter Kälte schon mal bei max. 21°C „einen Krampf gezeitert“. Bedauerlicherweise funktionierte die Wasserheizung nicht ordnungsgemäß, so dass der Bodensee gefühlt wärmer war als das Wasser im Freibad. Das Schwimmen im See war einer der Trainingshöhepunkte – mal was anderes und für einige ein richtiges Abenteuer. Sogar die Jüngsten hatten sich, zum Teil mit Schwimmbrett, zur Badeinsel getraut, wo Ines auf sie wartete. Ein paar ängstliche Halbstarke hatten sich vorsichtshalber hinter einer Trainerin brav eingereiht, das freie Gewässer war wohl doch etwas zu groß für die Jungs;-).

Badmeister Ralf (in der Schweiz heißt es „Badmeister“ nicht „Bademeister“) gab sich alle Mühe, die fehlende Wasserbeheizung wett zu machen und verwöhnte die Schwimmerinnen und Schwimmer an den besonders kalten und nassen Tagen mit heißem Tee und stellte in den Umkleidekabinen Heizlüfter auf.

Neben dem Hauptprogramm „Schwimmtraining“ gab es natürlich auch ein Nebenprogramm: Freizeit! Bei strahlendem Sonnenschein wurde eine Bootsfahrt unternommen, einige gönnten sich einen anderen Spaß und fuhren Tretboot!

Zwischendurch kam lieber Besuch aus Zürich: Annettes Freunde Irene und Bernd schauten rein und brachten uns auf den Geschmack der leckeren Schweizer „Tschoklädli“ und Biskuits.

Die abendlichen Freizeitaktivitäten, wie andere durch's Haus jagen oder Federball spielen und vieles mehr, diese Unternehmungen miteinander nahmen zu und das Telefonieren und „Simsen“ nahmen ab, einige hatten das Handy aus den Augen und aus dem Sinn verloren.

Um dann alle wieder „herunterzuholen“, unternahm Annette mit verschiedenen Gruppen phantasievolle Traumreisen auf dem Heuboden, der eine oder andere war da schon mal geistig auf Abwegen (nein, die Reise ans Meer geht nicht nach Lloret ...) oder ist komplett abgetaucht und selig auf der Isomatte eingeschlafen.

Einer wahren Herausforderung stellte sich das Küchenteam, dessen Chefin Susanne einen „kühnen“ Speiseplan aufgestellt hatte, die Schwimmerinnen und Schwimmer sollten ja bei Kräften bleiben. So mussten die drei Köchinnen bittere Erfahrungen mit der Schweizer Technik machen, denn die Adapter waren der Power der mitgebrachten Elektropfannen nicht gewachsen und gaben mitten im Dampfudelgeschehen den Geist auf! Aber Susi schaltete schnell, sofort wurde umdisponiert, die Dampfudeln gab's dann leider erst später. So eine Mannschaft „verputzt“ eine ganze Menge, es wurden u. a. 500 Brötchen verdrückt, 20 kg Mehl verarbeitet, von 350 Beuteln Tee gekocht, 350 l Mineralwasser getrunken und 100 l Milch verbraucht, 12 l passierte Tomaten verkocht, 150 Eier aufgebraucht, 15 kg Nudeln und 10 kg Fleischkäse gegessen und 22 Pizzen verzehrt (der Rekordhalter verspeiste 17 Pizza-Stücke).

Das Event-Highlight war der Abschlussabend mit großem Buffet, Resümee des Trainingslagers mit traditioneller Verleihung der Medaillen an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer und lustigen Spielen. In Anlehnung an die gleichnamige Fernsehshow „Die perfekte Minute“ gaben alle ihr Bestes. Die Gruppen waren bunt gemischt und es kamen unvermutete Talente zum Vorschein, die sich prima geschlagen haben beim Tiefstapeln, Fische angeln, beim Pusteball oder Keksgesicht, um nur ein paar Aktionen zu nennen. Es war toll, dass alle ganz zwanglos mitgemacht haben, die Stimmung war grandios, jeder hatte wirklich einen Mordsspaß!

Erschöpft von Training und Trubel war es während der Heimreise im Bus recht still, die meisten waren wohl auch froh, nach Hause zu kommen, sich wieder ungestört auf das eigene Bett lümmeln zu können. Den Ereignissen in Arbon lässt sich dann noch ein wenig in Gedanken nachhängen bis es wieder heißt: Bitte meldet Euch zum Trainingslager in????