



Argovia Synchronschwimmverein Oftringen

«Es braucht Ausdauer und Trainingsfleiss»

Der Argovia Synchronschwimmverein Oftringen ist der einzige seiner Art im Kanton Aargau. Karin Scheppeler (44) aus Mühlethal übt diese Sportart schon viele Jahre aus und möchte ihr Wissen an Jugendliche der Region weitergeben.

Karin Scheppeler, wie lange sind Sie selbst schon im Synchronschwimmverein und weshalb haben Sie damit angefangen?

Ich habe 1990 mit dem Synchronschwimmen begonnen. Argovia Synchro haben wir 2008 gegründet und ein Training für Kinder und Jugendliche in Oftringen dürfen wir seit 2012 anbieten. Nachdem ich jahrelang selber Trainings auf höchstem Niveau geniessen durfte, war es an der Zeit, neben dem eigenen Training mein Wissen über diese wunderschöne Sportart auch an Kinder



Die Mädchen des Argovia Synchronschwimmvereins Oftringen.

z.V.g.

und Jugendliche weiterzugeben. Im Oftringer Lehrschwimmbecken erhielten wir diese Chance.

Wie viele Synchronschwimmer trainieren bei Ihnen? Sind diese alle weiblich?

Im Moment sind es 24 Kinder und Jugendliche. Daneben sind wir noch fünf Frauen, die zusammen ein Training absolvieren. Dieses Jahr sind alles Mädchen und Frauen dabei, letztes Jahr hat der einzige Knabe aufgehört.

Wie sieht ein Training bei Ihnen im Verein aus?

Aus infrastrukturtechnischen und personellen Gründen können wir nur

ein Training pro Woche anbieten. Wir beginnen mit dem Einturnen. Das beinhaltet das Aufwärmen, Trainieren der Beweglichkeit und Spannung, Einführung der Paddel- und Schwimmtechniken an Land und ganz wichtig, das Trockentraining. Danach beginnt das Wassertraining mit einem Einschwimmen. Die Kleinen lernen die Schwimmarten Crawl, Rückencrawl und Brustschwimmen, die Älteren trainieren Kondition mit Schwimmtraining, bei welchem dann noch Delfinschwimmen dazu kommt. Danach gibt es Technik- und Kürtraining.

Wie wird man zu einer Synchronschwimmerin?

Mit vielen Stunden Training, Ausdauer und Trainingsfleiss auch zu Hause, wenn man zur nationalen Spitze gehören will. Da wir aus oben genannten Gründen kein Hochleistungstraining anbieten können und nur ein kleines Schwimmbecken zur Verfügung haben, können wir die Schwimmerinnen leider nur im August aufnehmen. Wer sich meldet, kommt auf die Interessentenliste und wir laden dann zu drei Probetrainings nach den Sommerferien ein. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass der Einstieg ab acht Jahren Sinn macht, da die Kinder so die Korrekturen der Trainerin verstehen und mit ihrem Körper umsetzen können.

Wie funktioniert die Teamarbeit im Wasser?

Wir haben einen Unterwasserlautsprecher und hören so die Musik gut unter Wasser. Die ganze Kürmusik ist ausgezählt, so dass jede Schwimmerin weiss, auf welchen Zähler sie welche Bewegung machen muss. Das Team muss zusammen funktionieren, damit es synchron ist, die Formationen stimmen und die Hebefiguren gelingen. Gerade bei den spektakulären Hebefiguren mit Akrobatik muss das Vertrauen in die Kolleginnen gegeben sein.

Sie sind der einzige Synchronschwimmverein im Kanton Aargau. Woran liegt das?

Leider gibt es im ganzen Mittelland nur wenige Synchronschwimmvereine. Wir brauchen mit den Küren idealerweise ein ganzes Bad, nicht nur eine Bahn und optimal wäre eine Mindestdiefe von 2.5m, was es natürlich fast nirgends durchgehend gibt. Im Mittelland werden immer wieder Hallenbäder geschlossen, grosse Anlagen gibt es gar keine, ausser dem Campus Sursee, welcher in ein paar Wochen eröffnet wird.

Neben dem Bäderproblem sind sicher auch die qualifizierten und ausgebildeten Trainerinnen ein Problem. Synchronschwimmen ist technisch eine äusserst anspruchsvolle Sportart, das lernt man nicht einfach rasch in einem Trainerkurs.

Interview: Céline Bader



Karin Scheppeler.

z.V.g.



Endlich Stressless®

Jetzt Leder zum Stoffpreis bei allen Stressless® Sofas.

möbelberger
IHR NESTBAUER & INNENEINRICHTER

Heinz Berger AG
Bifang 2
4665 Oftringen

T 062 788 70 40
info@moebel-berger.ch
www.moebel-berger.ch

Zeitreise zu Anfängen der Disco-Welle

Bekannte Songs der Bee Gees, eine bunte Show und grossartige Tanzszenen: «Saturday Night Fever» enthält alles, was zu einem Musical gehört. Die Geschichte um den Italo-Amerikaner Tony Manero kommt am 14. März auch ins Stadttheater Olten.



«Saturday Night Fever». Frank Serr Showservice

Olten Bereits beim Lesen der Songtitel klingt die Melodie im Hinterkopf unweigerlich mit: «Stayin' Alive», «Night Fever» oder «How Deep is Your Love?» - es sind die weltbekanntesten Hits der legendären Bee Gees. Aber «Saturday Nigh Fever» sollte trotz mitreissender Songs nicht als reines Tanz- und Disco-Musical abgestempelt werden. Denn die Songtitel verraten auch, dass bei genauerem Blick auf die Texte mehr

hinter dieser Fassade steckt. Wir schreiben das Jahr 1976. Der 19-jährige Tony Manero arbeitet in Brooklyn im Farbengeschäft von Mr. Fusco. Er lebt in den Tag hinein, wartet nur auf die Samstagabende. Denn dann kann er in seine Disco 2001 Odyssey gehen, um zu tanzen, sich mit Freunden zu treffen. So entflieht er nicht nur der Arbeit, sondern auch der Kleinbürgerlichkeit

seines Elternhauses. Auf der Suche nach gesellschaftlicher Akzeptanz, versucht Tony immer wieder Anerkennung in der Familie, auf der Arbeit und bei Freunden zu finden. Seinem Traum von einem besseren Leben werden immer wieder Stolpersteine gestellt. John Travolta verhalf der Film zum endgültigen Durchbruch und 1978 zu einer Oscar-Nomination als bester Hauptdarsteller. *pd*

Vorstellung

Am Donnerstag, 14. März (19.30 Uhr): Musical «Saturday Night Fever» im Stadttheater Olten. Tickets kosten 50, 60 und 70 Franken. Vorverkauf unter www.stadttheater-olten.ch, www.kulturticket.ch oder Tel. 062 289 70 00.

Stabübergabe beim Pétanque Club Trimbach

Vor Kurzem fand im Boulodrome Trimbach die diesjährige Generalversammlung des Pétanque Clubs Trimbach statt. Gábor Somogyi trat nach 16 Jahren als Präsident zurück.



Gábor Somogyi (links) übergibt sein Amt an Roland Dünner. *z.V.g.*

Trimbach Nach einem Nachmittag mit Pétanque Matches, anschliessendem Apéro und dem Nachtesten konnte die Generalversammlung beginnen. Der Präsident, Gábor Somogyi, konnte 50 Mitglieder begrüssen. Nach den üblichen Traktanden standen die Wahlen an. Nach 16 Jahren trat Gábor Somogyi von seinem Amt zurück. Für die meisten Anwesenden überraschend, stellte sich Roland Dünner als neuer Präsident zur Verfügung. *pd*

Anstelle von Aktuar Christian Neff wurde Gisela Stoll gewählt. Hallenchef anstelle von Roger Kurz wird René Lütold. Am Dienstag- und Donnerstagabend sind Interessenten zum Pétanquespiel im Boulodrome willkommen. *pd*