

European Masters Championships London 2016

Vom 25.-29.05.2016 fanden im Londoner Aquatics Center die Europameisterschaften der Masterschwimmer statt.

Die Eliteschwimmer schwammen am selben Ort und im selben Becken nur einige Tage vorher um die Europäischen Titel. Diese Gelegenheit, einmal die Eliteschwimmer live in Aktion erleben zu können, ließ ich mir nicht nehmen und flog bereits am 21.05. nach London. So konnte ich am 22.05. live miterleben, wie z.B. Franziska Henkte über 200m Delphin und Florent Manodou über 50m Kraul zum Europameistertitel schwammen.



Durch die frühe Anreise hatte ich glücklicherweise genügend Zeit, mich mit den Gegebenheiten vor Ort bekannt zu machen. So holte ich mir in Ruhe meine Akkreditierung für die Wettkämpfe. Ohne diese Karte gab es keinen Einlass in den Athletenbereich und zu den ersten Trainings vor den Wettkampftagen. Ich absolvierte ein erstes Training im Olympiapool. Es war ein unvergessliches Erlebnis in diesem Becken zu schwimmen, wo kurz zuvor sogar Europarekorde gefallen sind. Am Folgetag trainierte ich in Pool 2 oder auch „Trainingspool“ genannt. So diente dieser Pool den Eliteschwimmern zum Ein- und Ausschwimmen. Für uns war dieser Pool eine zweite



Wettkampfstätte, da die Kapazitäten im Olympiapool für 10.000 SchwimmerInnen nicht ausreichten. Bereits im Vorfeld des Wettkampfes wurde entschieden, welche Strecken im Olympiapool und welche in Pool 2 stattfinden sollten.

Ich hatte Glück und durfte über 200m Lagen im Olympiapool starten. Meine anderen zwei Rennen (100m Delphin und 200m Brust) fanden im Pool 2 statt. Zuschauer waren leider nur

beim Olympiapool zugelassen und so konnten viele mitgereiste Fans ihre Angehörigen und Freunde, die ihre Wettkämpfe in Pool 2 hatten die Wettkämpfe nur über eine große Leinwand live verfolgen.

Die Master EM war ganz und gar nichts für Langschläfer. Die ersten Schwimmer starteten bereits um 7:30 Uhr und die Wettkämpfe zogen sich teilweise bis in die Nacht. Zum Glück hatte ich mich noch nicht an den Zeitunterschied gewöhnt und so machte mir das frühe Aufstehen auch gar nichts aus.

Am Mittwoch, den 25.05. war es dann endlich soweit – die European Masters Championships begannen.

Meine erste Strecke und der erste Wettkampf dieser Veranstaltung waren die 200m Lagen. Gegen 6 Uhr traf ich nach kurzem Fußweg an der Schwimmhalle ein. Nach nur 10 Minuten Wartezeit konnte ich direkt zum Einschwimmen in die Halle gehen.



Dass ich mit dieser kurzen Wartezeit richtig Glück hatte, das wurde mir erst später bewusst. Denn während die ersten Athleten beim Einschwimmen waren, mussten andere draußen vor der Halle in einer langen Schlange stehen und verpassten dadurch sogar das Einschwimmen.

Ich begab mich 8 Läufe vor meinem Start in die „Callroom Area“. Das ist ein Bereich, in dem erst einmal viele Stühle stehen. Es gab 5 Stuhlreihen in einem Vorraum der Schwimmhalle und drei weitere am Beckenrand. Auf jedem Stuhl war eine Nummer, die für die jeweilige Bahn stand. So wurden die Schwimmer in den kurz bevor stehenden Läufen schon richtig sortiert. Immer wieder wurde unsere Akkreditierung kontrolliert, damit auch ja die richtigen Athleten an den Start gingen.

Gegen 10:40 Uhr wurde dann mein Lauf aufgerufen: „Heat 28, Lane 1 Melanie Ragot, Freie Schwimmer Düsseldorf.“. Ich sprang ins Wasser und führte nach 50m Delphin mit 34,0 Sekunden das Rennen an. Nach 50m Rücken lag ich dann mit 3 Sekunden Rückstand auf die die führende Holländerin zurück. In Brust und Kraul konnte ich diesen Rückstand auf 1 Sekunden schrumpfen lassen und schlug als zweite mit deutlichem Vorsprung auf die Dritte und restlichen Schwimmerinnen in meinem Lauf an. Am Ende mit 2:43,27 neue Bestzeit und Platz 11 in meiner Altersklasse. Was für ein gelungener Wettkampfauftakt! So konnte es weitergehen, dachte ich mir.

Am Folgetag stand für mich 100m Delphin auf dem Programm. Inzwischen gab es vor dem Schwimmbad immer längere Schlagen und uns wurde gesagt, dass wir für unsere Strecke nicht vor 14 Uhr in die Halle kommen würden. Gegen 13:30 Uhr reihte ich mich direkt in eine lange Schlange ein. Dort warteten alle Athleten in der prallen Sonne. Glücklicherweise verteilten die Sicherheitskräfte des Veranstalters kleine Wasserflaschen an die wartenden Athleten. Gegen 15 Uhr eskalierte die Situation vor der Halle, als eine Teilnehmerin ihren Lauf über 50m Brust verpasste, weil die Sicherheitskräfte sie nicht in die Halle ließen. Alle Schwimmerinnen, die bis dahin noch relativ ruhig gewartet hatten, drängten nun zum

Halleneingang. Allen war jetzt bewusst, dass es den Sicherheitskräften egal war, ob man rechtzeitig zu seinem Wettkampf kommt oder nicht. Wir standen danach noch ca. eine halbe Stunde dichtgedrängt bis wir endlich in die Schwimmhalle gelassen wurden. Dann war wieder warten angesagt. Insgesamt warteten wir 3 Stunden, bis wir endlich für 10 Minuten in den Pool 2 zum Einschwimmen springen durften. Das lange Warten hinterließ bei allen Teilnehmern Spuren und so waren alle froh, als sie endlich an den Start gehen konnten. Ich startete in Lauf 24 auf Bahn 1. Ich beendete 100m Delphin nach 1:14,40 als vierte in meinem Lauf und landete ebenfalls auf Platz 11 in meiner Altersklasse. Zuerst war ich unzufrieden, weil ich meine Bestzeit um 37 Hundertstel verfehlt habe, aber im Nachhinein freue ich mich über die Zeit und Platzierung. Denn wie bereits vorher geschildert, waren die Bedingungen alles andere als optimal. Etwas schade war, dass die Stimmung in Pool 2 sehr gedämpft war. Es gab gar keine Zuschauer und so schwamm jeder für sich alleine. Nach dem Start mussten wir die Halle sofort wieder verlassen. Im Nachhinein erfuhr ich noch von meiner Familie, dass die Bahn 1 in der Live-Übertragung leider nicht zu sehen war.

Wie gut, dass wir jetzt erst einmal zwei Tage London Sightseeing vor uns hatten. Wir schauten uns den Tower of London, die Tower Bridge, die Docklands, den Buckingham Palace und noch viele andere schöne Ecken der Stadt an.

Am Samstag nutzte ich mit meiner Familie noch die Gelegenheit zu einem entspannten Training in einem Freibad ganz in der Nähe vom Aquatic Center – dem London Fields Lido. Nach den anstrengenden Tagen tat es richtig gut, mal locker zu schwimmen.



Am letzten Tag der Master EM hatte auch ich meinen letzten Start. Ich ging direkt am Morgen wieder gegen 6 Uhr zur Schwimmhalle. Zu meiner Freude hatte das lokale Organisationsteam dazugelernt. Die Sicherheitsleute teilten jetzt die Wartenden in Gruppen ein und so konnten die Ältesten, die auch als erste starteten, zuerst in die Halle gehen. Damit verlief das Warten an diesem Tag deutlich entspannter. Ich konnte mich in Ruhe für meine 200m Brust einschwimmen. Auch war es am Sonntag erlaubt, zwischen der Tribüne vom Olympiapool und dem Athletenbereich zu wechseln. So konnte ich die Männer über 200m Brust live anschauen und ging dann rechtzeitig zu meinem Start in den „Callroom-Bereich“ von Pool 2. Das war eine lange und aufregende Woche gewesen. Jetzt hieß es, noch einmal alle Kräfte zu mobilisieren und bei 200m Brust alles zu geben. Ich schwamm im zweitschnellsten Lauf meiner Altersklasse. Nach 100m lag ich mit 1:26,70 Minuten etwas mehr als zwei Sekunden hinter der führenden Engländerin. Dieser Vorsprung schrumpfte von Meter zu Meter und am Ende schlug ich mit nur 0,65 Sekunden Rückstand als Zweite in meinem Lauf an. Zu meiner großen Freude stand auf der Anzeigetafel eine Zeit unter drei Minuten. Mit 2:59,87 belegte ich dieses Mal eine Platzierung unter den TOP10 und landete

auf Platz 7. Und dieses Mal konnte meine Familie mich auch über die Leinwand live sehen, da ich auf Bahn 6 geschwommen war. ;-)

Insgesamt bin ich sehr zufrieden mit meinen Leistungen im Wasser und ich habe eine tolle Woche in London verbracht. Ich habe viele nette Menschen kennengelernt und gute Freunde wiedertreffen. Natürlich war die Organisation vor Ort alles andere als perfekt, doch die schönen Momente überwiegen und so bleiben diese European Masters Championships für mich sehr positiv in Erinnerung.

European Masters Championships London 2016

Hier die Ergebnisse in der Übersicht:

Melanie Ragot (AK 40-44)

200m Lagen	34,02/ 45,48 / 45,88 / 37,89 = 2:43,27 Min.	Platz 11
100m Delphin	33,79 / 40,61 = 1:14,40 Min.	Platz 11
200m Brust	40,97 / 45,73 / 46,33 / 46,84 = 2:59,87 Min.	Platz 7