

## EC Maters Eindhoven vom 31. August bis zum 8. September 2013

Gleich nach der Teilnahme an der Master Weltmeisterschaft in Riccione im letzten Jahr stand der Entschluss für mich fest, auch in 2013 an einem internationalen Masterwettkampf teilzunehmen. Als ich erfuhr, dass die Europameisterschaft in Eindhoven stattfinden sollte, also in unmittelbarer Nachbarschaft, zögerte ich nicht und meldete mich gleich für 5 Starts an.

Doch bevor es nach Eindhoven ging, hatte ich am 1. September noch einen wichtigen Termin in Köln zu erledigen. Als Teil einer Langdistanzstaffel (3,8km Schwimmen, 180km Radfahren und 42,195km Laufen) wollte ich über die 3,8km eine Zeit unter einer Stunde schwimmen und möglichst weit vorne aus dem Wasser kommen. Ich benötigte am Ende nur 56:54 Minuten und war damit zweitschnellste Frau. Mit einem Schnitt von 1:29 Min/100m übertraf ich meine Erwartungen und freute mich umso mehr. Die Staffel beendete die Langdistanz nach 11:36:55 Stunden mit Platz 13. Nach einem ganzen Tag anfeuern fuhr ich noch am Abend nach Eindhoven, um am nächsten Tag mein erstes Rennen im Schwimmbecken zu bestreiten.

### Montag, 2. August

Im Pieter van den Hoogenband Zwemstadion angekommen erfasste mich sofort diese tolle internationale und altersübergreifende Stimmung, die ich noch von Riccione kannte. Der Kommentar meiner Tochter beim Zuschauen des ersten Wettkampfes: „Mama, schau mal, da schwimmen ja Opas!“ und mein Sohn meinte darauf „Oh, die machen ja sogar tolle Bauchklatscher!“. Die ältesten Teilnehmer (Altersklasse 90) wurden mit viel Beifall im Ziel empfangen.



Mein erster Start waren 400m Freistil am Nachmittag. Der Ablauf bei einem so großen internationalen Wettkampf ist schon etwas Besonderes. Die Akkreditierungskarte mit Foto musste ich immer dabei haben. Vor dem eigentlichen Start musste ich zum „Call Room“. Das war ein Bereich mit Stuhlreihen, auf denen die Bahnnummern standen. Schneller als gedacht, kam dann auch schon der Aufruf für Lauf 23. Ich setzte mich auf den Stuhl mit der Bahnnummer 5. Sobald in der Halle ein Start erfolgt war, ging es eine Stuhlreihe weiter. Dann noch eine Reihe, bis ich schließlich in der Schwimmhalle saß. Nur noch ein letzter Aufruf fehlte, bevor ich mich zu meinem Startblock begeben konnte. Meine Kleidung in die Kiste mit der Bahnnummer und dann ging es auch schon los. Mein Name

wurde ein letztes Mal aufgerufen und ich stand auf dem Startblock. „Take your marks!“, der Pfiff ertönte und ich schwamm los. Das Rennen fühlte sich gut an. Ich konnte mich mit zwei anderen Frauen von restlichen Schwimmerinnen lösen. Nach 200m lag ich zwischenzeitlich in Führung, die ich am Ende aber leider an eine Holländerin abgeben musste. Platz 2 im Lauf mit einer Zeit von 5:21,38 Min. Ich erreichte in der Altersklasse AK 40-44 den 16. Platz und war sehr zufrieden mit diesem ersten Start.



## Dienstag, 3. August

Am Dienstag hatte ich mir mit zwei Starts ein volles Programm vorgenommen. Am Morgen schwamm ich 200m Freistil. Dieses Mal konnte ich meinen Lauf sogar gewinnen und erzielte mit 2:29,90 Min. wieder eine sehr gute Zeit, die am Ende zu Platz 13 in meiner Altersklasse reichte. Im Vergleich zu den NRW Masters Wettkämpfen Anfang Juli in Dortmund, wo ich den 3. Platz belegte, habe ich meine Zeit um mehr als 7 Sekunden verbessern können! Mit Spannung erwartete ich dann den Nachmittag und mein 100m Delphin Rennen. Im Sommer konnte ich verletzungsbedingt leider nicht sehr viel diese Schwimmart trainieren und so war ich sehr gespannt, wie das Rennen verlaufen würde. Ich schlug nach 1:15,84 Min. als dritte Schwimmerin in meinem Lauf an und belegte damit als 9. einen Platz unter den TOP TEN.

Überrausendlich fuhr ich am Abend zurück nach Düsseldorf. Der Schulbeginn meiner Kinder stand an.

## Freitag, 6. August

„Früher war ich doch mal eine gute Brustschwimmerin gewesen und bei den letzten Erkrather Stadtmeisterschaften liefen die 100m Brust auch ganz gut“, dachte ich mir, als ich mich für die 200m Bruststrecke in Eindhoven anmeldete. Doch am Morgen des Freitags, war ich mir da nicht mehr ganz so sicher, ob das eine gute Idee gewesen ist. Die 200m Brust der Frauen war der erste Wettkampf am Freitagmorgen und so klingelte mein Wecker bereits um 6 Uhr! Aufstehen, Frühstück und schnell zu Fuß zum Bad, damit ich mich vor 8 Uhr noch kurz einschwimmen konnte. Ich hatte mich mit 3:15 Min. gemeldet und kam damit in den zweitlangsamsten Lauf von vier Läufen. In meinem Lauf gab es fast nur Holländerinnen. Doch die Sprachbarrieren wurden schnell überwunden und so unterhielten wir uns noch ein wenig, bevor es zum Start ging. Das Rennen begann und bereits nach kurzer Zeit konnte ich die Führung übernehmen. Nach 100m lag ich bereits eine viertel Bahn vor dem Feld und am Ende schlug ich fast eine halbe Bahn vor den anderen Schwimmerinnen an. Mit einer Zeit von 3:02:55 Min. erreichte ich wieder eine Platzierung unter den zehn schnellsten Schwimmerinnen Europas in meiner Altersklasse. Mit der Zeit und einer weiteren TOP TEN Platzierung hatte ich wirklich nicht gerechnet!



Am Nachmittag gab es die Möglichkeit, eines Probetrainings im "Het Eindhovens Kanaal", dem Wettkampfort für das Freiwasserschwimmen am Samstag. Da ich schon einiges von anderen Schwimmerinnen gehört hatte, wollte ich mir selber vor Ort ein Bild machen. Wir stiegen im Zielbereich ins Wasser und wurden direkt von den verschiedensten Grünpflanzen empfangen. Der Kanal war so ca. 10m Breit und nicht sonderlich tief. Ich war froh, dass ich beim Probetraining den Zielbereich bereits gesehen hatte und die Vorfroede auf meinen ersten Freiwasserwettkamp stieg.

## Samstag, 7. August

Mein Start war für 15 Uhr am Nachmittag geplant und so konnte ich den Tag dieses Mal ganz gemütlich beginnen. Ganz wichtig für das Freiwasserschwimmen: „Nägel schneiden!“. Das war mir neu, denn tatsächlich werden die Fingernägel vor dem Rennen kontrolliert. Wir sollten uns sehr pünktlich im Startbereich melden, um dort genügend Zeit für die Rennvorbereitung zu haben. Dazu gehörte das Anbringen von insgesamt 6 Tatoos mit der eigenen Startnummer.

Die Zeit bis zum Start verging jedoch sehr schnell und schon musste ich sehr bald mit 31 anderen Schwimmerinnen in den 22 Grad kalten Kanal steigen,



vorbei an verschiedenen Pflanzen und Wassertieren zur Startleine. Der Startpfeiff ertönte und los ging es auf die 3km lange Schwimmgerade. Die Orientierung war sehr leicht, da es einfach nur geradeaus ging. Ich war begeistert, dass mich mein Mann zu Fuß die gesamte Strecke über begleiten und anfeuern konnte. Das half und spornte mich an, das Tempo noch zu steigern.



Nach 43:36:75 Min. schlug ich als 12. Frau in meiner Altersklasse an. Ich schwamm 1:27 Min./100m und war damit ohne Neoprenanzug, die bei Freiwasserwettkämpfen verboten sind, sogar im Schnitt noch schneller als am vergangenen Sonntag in Köln.



Mein Fazit: Es war ein super Wettkampf, bei dem ich sehr gute Zeiten geschwommen bin, tolle Platzierungen belegt habe und auch sehr viel Spaß hatte. Mal sehen, vielleicht bin ich ja nächstes Jahr bei der Weltmeisterschaft der Master Schwimmer in Montreal dabei.

Lust hätte ich ja, wenn es nur nicht so weit weg wäre ... !

*Melanie*