



## Einmalig!

### FCN Schwimmen stellt die Sportler des Jahres

Mehr auf Seite 10/11

**Jahreshauptversammlung**  
wird wegen Corona abgesagt.  
Aktuelle Informationen auf unserer Homepage

**Wichtig**  
Seite 2-3

**Interessant**  
Seite 4-8 und 23

**Schwimmen**  
Seite 10-22

**Triathlon**  
Seite 24-29

**Wasserball**  
Seite 33-35

**Ausflug**  
Seite 30/31

## Liebe Mitglieder

Corona war und ist derzeit auch bei uns das beherrschende Thema. Als am 13. März der gesamte Trainingsbetrieb unserer Aktiven eingestellt wurde, als am gleichen Tag die Infektion eines Clubspielers diagnostiziert und Teile des Clubgeländes gesperrt wurden, hatte dieses Virus auch unseren Sportbetrieb von einem auf den anderen Tag stillgelegt. Es folgte die Schließung aller Sportstätten und Bäder am 17. März im Zuge der Ausrufung des Katastrophenfalls in Bayern, sowie die Einschränkung der Bewegungsfreiheit am 20. März. Die Absage unserer Hauptversammlung am 21. April war dann nur ein konsequenter nächster Schritt.

Wenn Sie diesen Newsletter jetzt lesen, können Sie vielleicht abschätzen, durch welche herausfordernde und kritische Phasen wir in den letzten Wochen gegangen sind und noch gehen werden. Mit kritisch meine ich zum Beispiel, dass sich die Vorstandschaft dazu entschlossen hat eine Investition zu tätigen, die unsere eigene Finanzkraft übersteigt. Wir haben einen verbindlichen Auftrag über fast einen halbe Million € vergeben, ohne auf der anderen Seite genau zu wissen, wann und in welcher Höhe Zuschüsse fließen. Warum wir das getan haben? Weil es dazu nur die Option gab, das Clubbad zu schließen. Und das ist für uns eben keine Option. Zudem wissen wir mit dem 1. FCN Dachverein und der Stadt Nürnberg zwei starke und verlässliche Partner an unserer Seite. Wir würden heute, wissend welche Unwägbarkeiten auch mit Corona vor uns liegen, genau dieselbe Entscheidung wieder treffen.

Wir wissen heute noch nicht ob, wann und in welchem Umfang das Clubbad in die Saison 2020 starten kann und darf. Auch diese Frage ist essentiell, denn die Einnahmen aus dem Sommergeschäft waren teilweise in unserer Filterkalkulation enthalten. Trotz dieser Herausforderungen können wir Ihnen aber versichern, dass wir dank unserer traditionell soliden und konservativen Haushaltspolitik auch diese Herausforderungen meistern werden. Persönlich bin ich sehr froh mit Rudi Meinecke, Harry Wenker und Marc Reed drei erfahrene Betriebswirte zur Seite zu haben.

Auch stellen wir fest, dass wir sehr loyale und kooperative Mitglieder haben, die nicht gleich nach den ersten Wochen Trainingspause nach Rückerstattung von Beiträgen oder Aktivenpauschalen rufen. Unsere Mitglieder haben verstanden, dass ein Verein in einer derartigen Situation auch die Solidargemeinschaft braucht, um weiterhin existieren zu können. Für Härtefälle aus dem Kreis unserer Mitglieder haben wir natürlich immer ein offenes Ohr und stehen hier unterstützend gerne zur Seite.



Wie geht es nun weiter? Wir bereiten uns auf einen normalen Saisonbeginn im Clubbad, voraussichtlich Mitte Mai, vor. Es werden aller Voraussicht nach keine Partys (Nasty und Hinz&Kunz) vor Saisonbeginn möglich sein. Daher hängt der Eröffnungstermin an zwei Faktoren: dem Wetter und Corona. Zudem bereiten wir uns auf unterschiedliche Szenarien vor, die von einer deutlich späteren Saisonöffnung bis hin zu begrenztem Badeintritt reichen. Einen kompletten Ausfall der Saison wollen wir uns nicht vorstellen, auch wenn dies nicht völlig unrealistisch ist.

Wir blicken jetzt über den Sommer hinaus weiter nach vorne. Unter der Rubrik „Wettbewerb belebt das Geschäft“ könnte man unser nächstes Clubbad Großprojekt einordnen. Mitte Oktober geht es los. Vermutlich führt ein roter Teppich vom Badeingang zum Gourmetzelt für 360-400 Gäste. Dort, wo sich im Sommer Kinder am Spielplatz austoben bis hin zum Volleyballfeld, steht dann ein riesiges Zelt. Was sich darin abspielt, wann es losgeht und was wir davon haben, mehr dazu auf Seite 23.

Auch sportlich sind wir mittlerweile weit oben in Nürnberg angekommen. Das gab's wohl noch nie, dass Sportler und Sportlerin des Jahres in Nürnberg vom gleichen Verein kommen. Mit der Triathletin Lena Gottwald und dem Schwimmer Taliso Engel ist dem 1. FCN Schwimmen dieses Meisterstück erstmals gelungen. Jetzt hätte nur noch eine Barracudas Wasserballmannschaft als Team des Jahres gefehlt, aber so weit sind die Jungs der aussichtsreichen U14 und U16 noch nicht.

All diese Punkte wären anlässlich unserer Hauptversammlung am 21. April im Heidekrug ausführlich vorgestellt worden. Wir hätten Sie auch über die weiterhin sehr positive Mitgliederentwicklung informiert. Darüber, dass wir zum Stichtag 31.12.2019 insgesamt 684 Mitgliedern hatten und damit wieder um mehr als 10% gegenüber dem Vorjahr gewachsen sind. Darüber, dass die Bereiche Triathlon, Masters und Breitensport schon aufgrund der limitierten Bahnkapazitäten kaum noch wachsen können und damit unserer Mitgliederentwicklung 2020 sich nicht so weiterentwickeln kann, wie in den vergangenen beiden Jahren.

Die nächsten Wochen und Monate werden für uns alle noch Einschnitte und Veränderungen mit sich bringen. In der Gemeinschaft eines starken Vereins läßt sich diese Situation allerdings viel besser überstehen, insbesondere dann, wenn wir ein gemeinsames Ziel vor Augen haben: gesund aus dieser Krise zu kommen. Als Einzelner, als Familie und als Verein. Das wünsche ich Ihnen und uns allen!

Ihr

## Einmal musste das Ende kommen

So alt wie das Clubbad am Valznerweiher ist logischerweise auch die Wasseraufbereitung, also mehr als 50 Jahre. Trotz regelmäßiger Wartung mit notwendigen Reparaturen kam nun der Zeitpunkt, die Anlage war nicht mehr zu retten. Der Betonmantel für den Sandfilter war porös, der Filter konnte nur noch mit viel Feingefühl unseres Schwimmmeisters bis Saisonende seine Aufgabe erfüllen, aber dann war endgültig Schluss.

Zwischenzeitlich hatten alle Verantwortlichen des Vereins Überlegungen angestellt, wie man diese existentielle Frage lösen könnte. Was bedeutet eine dem heutigen Anspruch genügende Filteranlage an finanzieller Belastung, welche baulichen Maßnahmen sind durchzuführen und in welchem Zeitrahmen und Zeitraum kann die Sanierung geschehen - und das ohne große Einnahmeverluste! Es folgten erste notwendige Schritte: mit dem Votum der Mitglieder Ende September 2019 bekam die Vereinsleitung Rückendeckung für eine Investition von annähernd 500.000 €, die mit Unterstützung der Kommune, den Sportverbänden, Eigenleistungen und Eigenmitteln geschafft werden soll. Nach dem Umbau mit einem Edelstahlbecken 1985, noch durch den Gesamtverein, ist dies die größte Schwimmverein-Einzelinvestition seit seiner Verselbständigung.



Bis zum Beginn der nächsten Freiwassersaison 2020 wird nun alles realisiert. Der Abbruch des Filterbeckens im Technikeller und der Verbundleitungen geschah im Herbst. Von außerhalb des Grundstücks, unmittelbar neben der Tischtennisanlage, wurde das gesamte Betonbauwerk herausgebrochen und entsorgt. Das war nicht Arbeit für ehrenamtliche Helfer, hier mussten Spezialisten mit ferngesteuerten Bohrhämmern ran. Dann musste noch eine Bodenplatte bis zum Eintreffen der neuen Filteranlage betoniert werden, damit der nicht ganz einfache Einbau des Filters überhaupt möglich ist.

## Neues Herz für unser Freibad



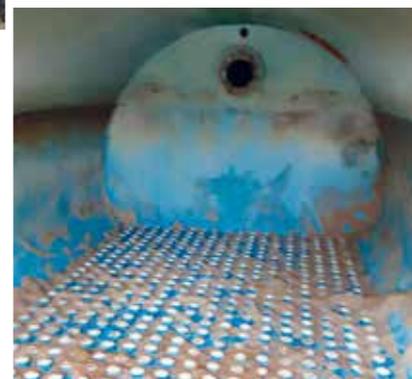
*Zuerst musste das „kranke Organ“ freigelegt werden*

*Dann öffnete eine Betonschere die Wand des ca. 10 cbm Filterraums*



*Einige Tonnen alter Filtersand wurden von einem Spezialfahrzeug abgesaugt und entsorgt.*

*Poröse Wände und die schadhaften, aber regelmäßig getauschten Filterpfeifen kamen zum Vorschein.*





*Alles musste nun raus,  
der Rundbogen  
war Geschichte.*

*Mit einem Miniroboter  
wurde alles abgebrochen,  
unerträglicher Lärm  
begleitete die Arbeiten.*



*Hier das Ergebnis:  
ein großer Raum erwartet  
nun das neue „Herz“  
für unser Freibad*



*Vor dem Clubbad waren noch  
riesige Mengen Betonreste und  
Armierungen zu beseitigen.*

## Neues Herz für unser Freibad



*Dann ist es soweit:  
am 17. März stand das neue  
„Herz“ vor unserem Freibad.*

*Am 20. Januar ging es  
in Chicago auf die Reise,  
nun hing es am Haken.*



*Es war nicht einfach das  
ca. 2 t schwere Teil am Kran  
über eine schräge Rampe in  
den Kellerraum zu hieven.*



*Geschafft!  
Nun folgt noch  
die genaue  
Platzierung und  
der Anschluss  
an den Kreis-  
lauf.*

*Drei Wochen hatten  
Monteure die er-  
forderliche neuen  
„Adern“ (Verroh-  
rung) vorbereitet.  
Nunmehr haben  
wir die modernste  
Filteranlage im  
süddeutschen Raum.*



## Vom Sandfilter zum Kapillarfilter

Klares Wasser ist keine Selbstverständlichkeit. Es war lange Tradition Wasser mittels Sand zu filtern, eine vergleichsweise einfache und kostengünstige Methode. Zur Filtration in Schwimmbädern wurden Schnellfilter eingesetzt, für große Filterflächen waren sehr große Filter notwendig. Die Filter mussten mit großen Mengen Wasser jede oder alle zwei Wochen rückgespült werden. Mittlerweile gibt es kompaktere und effektivere Filter. Regenerative Kapillarfilter sind die effizientere Alternative. Sie benötigen bis zu 90% weniger Wasser und verbrauchen bis zu 50% weniger Energie als herkömmliche Sandfilter. Außerdem benötigen sie bis zu 30% weniger Chemikalien. Der Defender® Regenerativer Kapillarfilter (unser neues Filtersystem) trennt Teilchen bis zu 1 Mikrometer ab und erfordert keine Rückspülung (das menschliche Haar hat 50–100 Mikrometer!). benutzerfreundlich, der reduzierte Wasserverbrauch ist gut für die Umwelt.



*Nur ca. 1,5 qm Platzbedarf =  
wesentlich weniger als bisher,  
eine Einbauhöhe von ca. 2,50 m  
und geringer Revisionsraum*

**Und wer hat das realisiert? Hier unser OP-Team, das vom Ende der Badesaison im Herbst 2019 alle Arbeiten koordiniert und bis zum Saisonstart 2020 überwacht hat: Rudi Meinecke, Architekt Jürgen Meyer (Triathlet) und unser Schwimmmeister Mecit Serekbasan**



**Sie haben einen Grund zum Feiern?  
Wir haben die passende Räumlichkeit dafür.**

Feiern Sie schön - in den Räumen mit dem besten Ausblick der Stadt: **Repräsentationsräume „Nürnberger Altstadt“**



Feiern Sie die Feste mit dem einzigartigen Blick auf die Nürnberger Burg und den Pegnitzlauf. Wir bieten Ihnen ein einmaliges Ambiente, eine hervorragende Gastronomie und hochwertig gestaltete Räumlichkeiten.

Die Repräsentationsräume „Nürnberger Altstadt“ befinden sich direkt an der Pegnitz, im 6. Obergeschoss des Hauses am Kaspar-Hauser-Platz 12.

#### Kontakt:

wbg Nürnberg GmbH Immobilienunternehmen  
Glogauer Straße 70, 90473 Nürnberg  
Telefon: 09 11/80 04-121  
E-Mail: pfister@wbg.nuernberg.de  
www.wbg.nuernberg.de

## Nürnberg's Sportler des Jahres 2019 kommen vom 1. FCN Schwimmen

Das gab's noch nie: Ein Verein stellt den Sportler und die Sportlerin des Jahres in Nürnberg! Dass die beiden erfolgreichsten Athleten 2019 von uns kamen und zudem noch Marcus Schattner und Claudia Stich für Ihre zahlreichen nationalen und internationalen Titel ausgezeichnet wurden, rundete das imposante Ergebnis der FCN Schwimmer und Triathleten ab. Nicht nur unsere Sportler wurden von Bürgermeister Dr. Gsell beglückwünscht, auch Vorstand Claus Swatosch erhielt für seine langjährigen Verdienste um den Verein und den Schwimmsport in Nürnberg die silberne Ehrennadel der Stadt. Damit hatte er allerdings überhaupt nicht gerechnet. Erst als Sportamtschef Oehmke die Laudatio verlas, wurde ihm klar, dass SportService und Bürgermeister erstmalig eine solche Ehrung bis zum Tag der Ehrung geheim gehalten haben.

Sportlerin des Jahres wurde Lena Gottwald, die 2019 Weltmeisterin im Triathlon über die Olympische Distanz in der Altersklasse 20 (20-24 Jahre) in Lausanne wurde. Über 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren und 10 km Laufen ist Lena derzeit nicht zu schlagen.

Sportler des Jahres wurde Taliso Engel, der im September 2019 den Weltmeistertitel über 100m Brust in der offenen Klasse bei den Sehbehinderten in London gewann. Mit 1:05,20 Min. zog er auf den letzten Metern am Sieger der Paralympics von Rio, Firdavsbek Musabekov, vorbei. Ein Wiedersehen der beiden wird es voraussichtlich im September in Tokio geben.

**Unsere erfolgreichen Sportler mit Vorstand Claus Swatosch: Marcus Schattner, Taliso Engel, Lena Gottwald, Claudia Stich**



## Der bayerische Schwimmverband schreibt

(hier ein Auszug aus der Veröffentlichung des BSV)

Kann es eine höhere Auszeichnung für den Regionalstützpunkt Nürnberg geben, als den Sportler des Jahres der Stadt Nürnberg zu stellen?

Einmal im Jahr ehrt die Stadt Nürnberg ihre erfolgreichsten und verdienstvollsten Sportler. Die Ehrung ist der gesellschaftliche Höhepunkt des Jahres für die Nürnberger Sportler.

Die idealen Voraussetzungen im Langwasserbad, sowie die vom BSV und den Nürnberger Vereinen finanzierte Trainerstruktur, am noch jungen BSV-Regionalstützpunkt Schwimmen, tragen erste Früchte: Sportler des Jahres wurde Taliso Engel ...

Dass Taliso mittlerweile auch in seinem Jahrgang bundesweit unter den Top 5 Schwimmern im Nicht-Behindertenbereich des DSV angesiedelt ist, unterstreicht sein Leistungspotential. Die hervorragenden sportlichen Ergebnisse von Taliso sind auch auf die erfolgreiche Zusammenarbeit der beiden Trainer am Regionalstützpunkt Schwimmen, Jill Becker und Jochen Stetina, zurückzuführen. Beide sind ein großer Gewinn für den Regionalstützpunkt und leisten eine sehr gute Nachwuchsarbeit.

Aber nicht nur Sportler wurden von Bürgermeister Dr. Gsell beglückwünscht, auch Claus Swatosch, Vorstand des BSV-Mitgliedsvereins 1. FCN Schwimmen, erhielt für seine langjährigen Verdienste um den Verein und den Schwimmsport in Nürnberg, die silberne Ehrennadel der Stadt. Claus bedankte sich bei der Stadt für die nahezu perfekten Voraussetzung, die die Wassersportler der SG Mittelfranken in Nürnberg mittlerweile vorfinden und versprach, gemeinsam mit dem BSV den Schwimmsport am Standort und in der Region weiterentwickeln zu wollen.

Der Bezirk freut darüber, dass der Regionalstützpunkt einen solch erfolgreichen Sportler stellt und, dass die Zusammenarbeit der Trainer so gewinnbringend abläuft. Auch drückt er Taliso Engel schon jetzt die Daumen für Tokio 2020.

*Erfolgreichster Verein? Sind wir nur weil alle zusammenhelfen. Als unsere Triathleten am Dienstag Wasserflächen brauchten, waren unsere Masters um Claudia hilfsbereit und flexibel. Als wir den Regionalstützpunkt Schwimmen beantragten, halfen auch alle zusammen, vom Konzeptantrag bis hin zur Finanzierung. Wenn das Clubbad einen neuen Filter in ungeahnter finanzieller Dimension braucht, hilft selbst der Dachverein des 1. FCN mit. Jeder Handgriff, jeder ehrenamtlich geleistete Dienst, jede Stunde für unseren Verein die unsere ehrenamtlichen Helfer und Helferinnen und Mitglieder leisten, haben dies mit ermöglicht. Das ist unser aller Erfolg! Harald Wenker*

## Goldener Mannschaftspokal beim Fürther Kinderschwimmen für die SG Mittelfranken am 9. 11. 2019

Die 5. Mannschaft des 1. FCN, eine mittlerweile langjährig erfolgreiche Trainingsgemeinschaft des 1. FCN und des TSV Altenfurt, trug mit 31 Medaillenplätzen nicht unerheblich zum Punktekonto für die SGM bei. Dieses Jahr schaffte es die SG Fürth nicht mit ihren Massenmeldungen die klassenbessere und damit punktebessere SGM vom 1. Platz zu verdrängen.

Vor allem im ersten kindgerechten Wettkampfabschnitt schnitten die 2012er- und 13er Jahrgänge aus Heiners Mannschaft mit allein 24 Medaillenrängen im rückblickenden Jahresvergleich herausragend ab.

Erfolgreichste Punktesammlerin war mit vier ersten und einem zweiten Platz im Jahrgang 2012 Alexandra Banasopoulou. Ihre Bestzeiten schraubte sie teilweise deutlich weiter nach unten. Nicht weniger erfolgreich mit jeweils zwei ersten und drei zweiten Plätzen kämpften Corali Walter im Jahrgang 2013 und Eymen Hayirli im Jahrgang 2012 für das Punktekonto der SGM.

Anna-Lena Kasarek überraschte im Jahrgang 2012 mit zwei Gold- und zwei Silbermedaillen und zeigte dass sie im Wettkampf ihren Trainingseifer gut umsetzt. Unsere im Wesen, aber nicht im Training, etwas zurückhaltende Frey Bay vom TSV Altenfurt belohnte ihren Fleiß im Jahrgang 2012 mit einem zweiten und einem dritten Platz. Gleiches gilt für unseren Jungster vom TSV Altenfurt Daniel Frank mit einem ersten und einem zweiten Medaillenrang im Jahrgang 2013. Der ganz frisch



*Eine Siegerehrung kann auch aufregend sein: Alexandra Banasopoulou (Jg. 2012) und Corali Walter (Jg. 2013) hier im Foto stellvertretend für alle erfolgreichen SGM-Teilnehmer.*



erst aus Rumänien zum Club gestoßene Stefan David belohnte im Jahrgang 2012 seinen überaus großen Fleiß mit einem zweiten und dritten Platz.

Im 2. Wettkampfabschnitt starteten die schon etwas Älteren in den Jahrgängen 2010-2011. Hier verbesserten sich auf fast allen Strecken Pierre Rudat und Marc Smirnov im Jahrgang 2011. Pierre schaffte zwei dritte und einen zweiten Platz und Marc jeweils einen dritten und zweiten Rang. Beide traten auch mit guten Leistungen erstmals über die 100 m-Distanzen an. Zu guter letzt erkämpfte sich auch das neue Mannschaftsmitglied Marie Brunner im Jahrgang 2010 über 25m Schmetterern eine Bronzemedaille.

Alle anderen Mannschaftsmitglieder der M 5 von Trainer Heiner Seitz zeigten sich für weitere Wettkämpfe gut gewappnet und haben gute Aussichten sich bei den nächsten Wettkämpfen deutlich weiter vorne zu platzieren. Das Potenzial ist da. Sind die Meisten doch erst seit drei Monaten in Heiners Truppe.

Abschließend eine Zusammenfassung der Medaillenplätze der 5. Mannschaft der Trainingsgemeinschaft Club /TSV Altenfurt

- 1. Plätze:** 11x (4x Alexandra, 2x Lena, 2x Corali, 2x Eymen, Daniel)
- 2. Plätze:** 14 x (Freya, Alexandra, 3x Corali, 2x Lena, 3x Eymen, Daniel, Marc, Pierre, Stefan)
- 3. Plätze:** 6 x (Freya, Stefan, Denis, Marie, Pierre, Marc)

Auch die M4 startete dieses Jahr wieder beim Fürther Kinderschwimmen und steuerte ebenfalls mit vielen Spitzenzeiten zum erstklassigen Gesamtergebnis der SG Mittelfranken bei.

Die Jahrgänge 2011 bis 2009 traten über die Strecken von 50m bis hin zu 200m an. Dabei gingen die Sportler teilweise auf unbekannteren Strecken an den Start. Diese Herausforderungen wurden aber erfolgreich gemeistert und die persönlichen Bestzeiten purzelten der Reihe nach.

Die jüngsten der M4 (Madlen Köthe, Ella Kleinert, Anton Cao und Robin Tiede) zeigten, dass mit ihnen im Jahrgang 2011 zu rechnen ist, bewiesen sich und sammelten eine Reihe von Podestplätzen. Gegen die Konkurrenz aus Fürth und Nürnberg konnten sich vor allem die Jungs des Jahrgangs 2010 (Mark Sukhov, Sebastian Brandner, Veit-Josef Seidel, Julian Hampel, Arthur und Roman Gross) auf allen Strecken durchsetzen und platzierten sich meist auf dem kompletten Siegerpodest. Aber auch die 2009er Jungs (Jonathan Koepnick, Adrian Rohn) zeigten sehr starke Leistungen und holten sich die eine oder andere Goldmedaille ab.



Ein Teil der Gesamtmannschaft mit ihren Trainern Jill Becker und Heiner Seitz (im Hintergrund) und Katharina Roth und Katharina Brem (am rechten Bildrand).

Isabelle Zoe Brauns und Pia Braun vertraten für die M4 erfolgreich den Jahrgang 2010 bei den Mädchen. Für den Jahrgang 2009 gingen Mara Malin Walther, Emelie Bachmeier und Leanora Sebold an den Start. Sie konnten sich ebenfalls gegen die Konkurrenz durchsetzen und trugen mit einigen Podestplätzen zum Gesamtergebnis bei.

Mit 32x Gold, 20x Silber und 14x Bronze konnte sich das Ergebnis der „Haie“ beeindruckend sehen lassen.

## Starke Teamleistungen der SG Mittelfranken beim DMSJ - Bayernfinale

Den Beweis dafür, dass Schwimmen nicht ausschließlich Einzelsport sein muss, zeigte sich am Wochenende vom 30. November bis 1. Dezember in Bayreuth. Hier fand das Bayernfinale des „Deutschen Mannschaftswettbewerbes Schwimmen der Jugend (DMSJ)“ statt, bei dem die Finalteilnehmer für das Bundesfinale in Wiesbaden ermittelt wurden.

DMSJ ist ein bundesweit ausgetragenes Staffeltturnier bei dem nach insgesamt drei Runden auf Bezirks-, Landes- und Bundesebene die besten deutschen Jugendstaffeln ermittelt werden. In den Be-

zirksfinalen qualifizieren sich die besten 8 Mannschaften aller bayrischen Bezirke für das Bayernfinale. Die besten Teilnehmer der Landesfinals kämpfen schließlich um den Titel im Bundesfinale.

In Bayreuth wurde das bayerische Landesfinale ausgetragen. Hier mussten schon nationale Bestzeiten geschwommen werden, um sich für das Bundesfinale in Wuppertal am 25./26. Januar 2020 zu qualifizieren. Das Niveau ist so hoch, dass selbst ein Sieg im Landesfinale keine Garantie zur Teilnahme am Bundesfinale bietet. Trotzdem verdienen auch zweite und dritte Plätze eine große Wertschätzung, da das Bayernfinale durchaus mit bayerischen Meistermannschaften gleichgesetzt werden kann.

Folgende Platzierungen wurden erreicht:

Weibliche Jugend A: 1. Platz	Männliche Jugend A: 1. Platz
Weibliche Jugend B: 1. Platz	Männliche Jugend B: 3. Platz
Weibliche Jugend C: 1. Platz	Männliche Jugend C: 2. Platz
Weibliche Jugend D: 1. Platz	Männliche Jugend D: 2. Platz
Mixed Jugend E: 1. Platz	

Von den Clubschwimmern waren dabei am Start:

Weiblich: Jugend B	Anna Baumgarte, Reka Behring,
Jugend C	Katharina Serdjuk, Charlotte Rudat,
Jugend D	Ilayla Hayirli
Mixed	Pia Braun, Mark Sukhov
Männlich: Jugend A	Taliso Engel
Jugend B	Lenard Meixner, Florian Goltz
Jugend C	Jannik Zöllner, Silas Reed
Jugend D	Samyak Shital Ramchadre

## Herausragende Leistungen im DMSJ Bundesfinale

In Wuppertal fand am 25. und 26.1.2020 das DMSJ-Bundesfinale 2019, also der DSV-Endkampf des Deutschen Mannschaftswettbewerbes Schwimmen der Jugend statt.

Für das Bundesfinale qualifiziert hatten sich im Landesfinale insgesamt fünf Mannschaften der SG Mittelfranken. Während für die weibliche und männliche Mannschaft der Jugend D (Jg. 2008/2009) sowie die Mannschaft Jugend C männlich (Jg. 2006/2007) eine Qualifikation unter die 12 schnellsten Mannschaften Deutschlands in der Fernwertung reichte, mussten die Mannschaften der Jugend A weiblich und männlich (Jg. 2002/2003) den Sprung unter die besten 6 Mannschaften im nationalen Vergleich schaffen, um am Bundesfinale teilnehmen zu können.

Mit ihren tollen Leistungen und vielen neuen persönlichen Bestzeiten gelang es allen Mannschaften, ihre Zeiten aus dem Landesfinale nochmal kräftig zu toppen.

Folgende Platzierungen wurden erreicht:

Weibliche Jugend A: 5. Platz	Männliche Jugend A: 6. Platz
	Männliche Jugend C: 9. Platz
Weibliche Jugend D: 3. Platz	Männliche Jugend D: 9. Platz

Besonders hervorzuheben ist die Podiumsplatzierung der weiblichen Jugend D, welche sich mit der SG Bergheim ein spannendes Wochenende lieferte und sich letztendlich die Bronzemedaille sichern konnte.

Ein weiteres Ausrufezeichen setzte die 4x100 Bruststaffel, welche mit einer Zeit von 4:19,15 einen neuen bayerischen Staffellekord auf der Kurzbahn aufstellte.

Vom FCN konnten die folgenden Aktiven einen großen Beitrag zu den guten Platzierungen leisten: Jannik Zöllner, Silas Reed, Tina Söllner, Samyak Ramchadre, Ilayla Hayirli, Taliso Engel.



## Weltrekord gebrochen - Anerkennung versagt

Als Startschwimmer der SGM bei den DMSJ knackte Taliso inoffiziell den Para-Weltrekord über 100 m Brust auf der Kurzbahn. Der gilt aber nur als Deutscher Rekord, denn Welt- und Europarekorde können nur bei offiziellen Wettkämpfen des Paraswimming Verbandes aufgestellt werden.

Dann eben beim nächsten Mal . . .

## DMS Bundesliga

Freiburg im Breisgau, eine historische Stadt, die man nicht direkt mit der zweiten Bundesliga im Schwimmen verbindet.

Doch die zweite Bundesliga Süd fand am 1. Februar genau hier statt. Die SG Mittelfranken wird diesen Wettkampf wahrscheinlich positiv in Erinnerung behalten.

Die Herrenmannschaft schaffte einen starken siebten Platz und damit den Klassenerhalt mit einer Position, aus der man auf den Aufstieg schielen konnte.

Zu den guten Ergebnissen haben mit Bestzeiten folgende Schwimmer aus den Nürnberger Stammvereinen beigetragen: Jeremias Pock und Taliso Engel.

Die starke Männerleistung wurde von unserer Damenmannschaft pulverisiert, welche als Sieger in der zweiten Bundesliga Süd und als punktbeste zweite Bundesligamannschaft Deutschlands in die erste Bundesliga aufgestiegen sind. Die SGM-Damen schwammen konstant auf hohem Niveau und ihrer Konkurrenz davon. Am Ende waren es 500 Punkte Vorsprung gegenüber dem Zweitplatzierten aus Darmstadt.

Hier konnte auch unsere Freistilspezialistin Reka Behring mit zwei neuen Bestzeiten glänzen und hat einen großen Teil zum Aufstieg beigetragen. Herzlichen Glückwunsch!

## Liegenboxen und Schränke

Sie wollen oder haben für Ihre Liege einen Einstellplatz?

Sie möchten oder haben einen Schrank im Mitgliedertrakt?

Ob wir Ihren Wunsch erfüllen können, das erfahren Sie von unserem Kassenpersonal im Clubbad.

Wenn Sie Ihren Schrank oder den Liegenplatz aber nicht mehr benötigen, dann lassen Sie es uns wissen.

Dann können wir damit einem anderen Mitglied eine Freude machen. Rufen Sie einfach ab Saisonstart im Clubbad an. Ansonsten wird die Miete im Juli von Ihrem Konto abgebucht.



## Gute Leistungen in der Bezirksliga Mittelfranken

Am 09.02.2020 fand im Langwasserbad der Deutsche Mannschaftswettbewerb im Schwimmen (DMS) auf Bezirksebene statt. An den Start gingen drei Mannschaften der SG Mittelfranken. Sie konkurrierten mit den Mannschaften aus Fürth, Schwabach, Stein Zirndorf und Nürnberg.

Die 4. Mannschaft weiblich (Sportlerinnen der Stützpunktgruppen M1-M4), schwammen eine Reihe von Bestzeiten und zeigten auch auf Bezirksebene, dass mit ihnen zu rechnen ist.

Mit 10.560 Punkten beendeten die Mädchen den Wettkampf mit dem zweiten Platz hinter dem Post-SV. In der Gesamtwertung bedeutete das den 7. Platz.

Die Jungs gingen mit zwei Mannschaften an den Start. Ebenfalls zusammengesetzt aus allen vier Wettkampfmannschaften der drei Nürnberger Vereine der SGM, standen sie den Mädchen in nichts nach. Mit starken Leistungen gelang es auch den Jungs sich auf den 2. und 3. Platz durchzusetzen.

Die 4. Mannschaft schaffte es mit 10.288 Punkten in der Gesamtwertung auf Platz 4. Die 3. Mannschaft konnte nach einem Ausfall zu zwei Starts nicht antreten. Trotz der verlorenen Punkte sicherten sie sich den 3. Platz mit 10.169 Punkten in Nürnberg. In der Gesamtwertung bedeutet das Platz 5.

Die Ergebnisse zeigen, dass der Nürnberger Nachwuchs auf einem guten Weg ist ganz vorne mitzuschwimmen.

## SG Mittelfranken erfolgreich bei den Süddeutschen Meisterschaften der langen Strecken

Am Wochenende 29.02./01.03. machten sich fünf Nürnberger Nachwuchsschwimmer auf den Weg nach Würzburg zu den Süddeutschen „Lange Strecken“. Um sich für diesen Wettkampf zu qualifizieren mussten sich die Sportler im vergangenen halben Jahr auf den Strecken 800 m Freistil, 1500 m Freistil und 400 m Lagen schon mehrfach beweisen, um die geforderten Pflichtzeiten zu erreichen. Zudem musste man sich noch unter die besten 16 Sportler pro Jahrgang schwimmen, damit eine Teilnahme gesichert war. Ohne Probleme schaffte dieses Kunststück Lennart Köhler, der sich auf den langen Strecken zu Hause fühlt. Mit einer großen Leistungssteigerung konnte sich Lenny in seinem Jahrgang über die 1500 m Freistil den 4. Platz, über die 800 m Freistil den 6. Platz und über die 400 m Lagen den 7. Platz sichern.

Mit zwei Starts über die beiden Freistilstrecken gingen jeweils Franca Brückner und Laura Blumenthal Haz ins Rennen.

Noch etwas erschöpft vom Trainingslager in Inzell ging Franca in ihre Rennen. Sie erschwamm sich den 14. und 16. Platz. Laura, noch geschwächt von einer Grippe kämpfte sich durch die 1500 m, zeigte dann aber auf den 800 m, dass mit ihr zu rechnen ist. Sie erreichte die Plätze 5 und 6.

Tina Söllner steigerte sich um fast 20 Sek. und schwamm über die 800 m Freistil von Meldeplatz 15 auf den 12. Rang vor.

Komplettiert hat das Feld der SG Mittelfranken Linus Wein, der sich im starken Jahrgang 2008 mit der Konkurrenz über die 400 m Lagen messen musste. Am Ende konnte sich auch Linus über eine Bestzeit und dem 10. Platz über eine TopTen Platzierung freuen.



Im Bild von links: Tina Söllner, Trainerin Jill Becker, Lennart Köhler, Linus Wein, Franca Brückner, nicht im Bild Laura Blumenthal Haz.

## Wer erinnert sich noch daran?

Das war einmal ein Clubbad-Kleiderbügel. Unser Dauergast und Hobbyfotograf Hermann Klink machte daraus etwas Dekoratives für zu Hause.



## Kleine Playmos zu Besuch im Clubbad

Mit den Cameras beobachtet von unserem Mitglied Christian Naru-isch und Clubbad-Stammgast Hermann Klink.



Das geht so nicht: Lufmatratzen sind in unseren Schwimmbecken nicht erlaubt.



Der Sprung will überlegt sein: für die kleine mutige Dame entspricht die Höhe etwa einem Klippensprung ins Meer.



Die Wasserlage der jungen Dame ist ganz ansprechend.

Schwimmen und Tauchen ist am Beachvolleyballfeld nicht möglich. Zum Schwimmbecken geht es 50 m weiter.



## AQUAFITNESS



Schwimmen



immer am  
Donnerstag

jeweils von  
17.00 bis  
17.45 Uhr

ab 4. Juni  
bis 23. Juli

### Sommerkurse im Clubbad

im Nichtschwimmerbecken

Leitung Marlies Tetzner

Interessenten treffen  
sich jeweils 15 Minuten vor  
Beginn im Eingangsbereich

keine Zusatzkosten -  
im Eintrittspreis enthalten

### Schwimmkurse für Kinder und Erwachsene

Unsere aktuellen Angebote finden sie auf unserer Homepage. Eine Teilnahme ist auch ohne Vereinsmitgliedschaft möglich.

**Impressum:** Mitarbeit an Ausgabe 11 – April 2020 :  
Claus Swatosch, Rudi Meinecke, Harry Wenker, Tabea Böbenecker,  
Christian Naruisch, Heiner Seitz, Jill Becker, Klaus Schwarzmann.  
Fotos: Hermann Klink, Christian Naruisch, Rudi Meinecke, Klaus  
Schwarzmann, privat, Hersteller

## Olympische Spiele und Paralympics auf 2021 verschoben - was bedeutet das für Fabian und Taliso?

Bereits 2017 musste unser „Sportler des Jahres“ Taliso Engel aus Mexico City abreisen, als kurz vor Beginn der Para-WM ein Erdbeben seine Träume von der ersten großen internationalen Veranstaltung jäh zunichte

machte und Teile von Mexiko City zerstörte. Die WM wurde bekanntlich abgesagt. Nach seinem WM Titel 2019 in London galt sein ganzes Augenmerk nun den Paralympics 2020 in Tokio. Aber auch daraus wird nun nichts, zumindest nicht heuer.

Fabian Schwingenschlögl hatte sich zwar noch nicht final für Tokio 2020 qualifiziert, die Chancen waren jedoch sehr groß, dass er als Mitglied der erfolgreichen 4 x 100m Lagenstaffel sowie über 100m Brust im Einzelrennen mit an Bord ist.

Die Spiele wurden nun um ein Jahr verschoben. Diese Entscheidung war richtig, auch wenn es für die Athleten nun eine ganz neue Herausforderung darstellt. Die jüngeren, wie z.B. Taliso, kommen damit besser zurecht als Aktive, für die Tokio 2020 vielleicht die letzte Chance war. Der Fokus wird sich ändern, die Saisonhöhepunkte ebenso wie die Wettkampf- und Trainingslagerplanung. Details stehen noch nicht fest, dazu ist die Entscheidung noch zu frisch. Auch weiß niemand wie lange der Trainingsbetrieb durch Corona noch so stark eingeschränkt bleibt.

Wo sind in diesem oder im nächsten Jahr Trainingslager überhaupt möglich? Welche Wettkämpfe finden in diesem Jahr noch statt, nachdem die Verbände zumindest bis Juni alles abgesagt haben? Geht es im September wieder richtig los, wenn Experten wieder einen Anstieg der Corona Pandemie erwarten? Niemand kann hierzu verlässliche Aussagen machen. Am allerwenigsten die Sportler. Ein neuer Termin für Olympia wurde nun bereits bekannt gegeben. Beginn am 23. Juli und damit fast genau 1 Jahr später als geplant und wird bis 8. August gehen. Die Paralympics sollen dann vom 24. August bis 5. September stattfinden. Wir drücken Fabian und Taliso die Daumen, dass sie ihre sportlichen Ziele erreichen und äußere Einflüsse sie nicht davon abhalten werden, sich international erfolgreich durchzusetzen!



Taliso und Fabian 2018 im Clubbad

## Teatrino - Sterneköche im Clubbad

Die Erlebnisgastronomie in Deutschland wird sich neu orientieren müssen - in Bezug auf die Qualität des Gala Menüs, aber auch hinsichtlich der gebotenen Akrobatik. In einem großzügigen Zelt der Luxusklasse, präsentiert TEATRINO (Mitte Oktober 2020 bis Anfang März 2021 täglich außer montags eine Gala-Dinner-Show der besonderen Art im Clubbad.

Menüs werden von bekannten Spitzenköchen im Team kreiert und vor Ort frisch zubereitet. Es steht zwar schon fest wer am Valznerweiher den Kochlöffel schwingt, aber der Veranstalter möchte die Spannung doch noch etwas erhalten und wird die Namen der Sterne- und TV Köche erst Anfang Juni publizieren.

Warum das Clubbad? Es gibt wohl für eine derartige Premium-Veranstaltung in Nürnberg kaum einen besseren Standort. Auch für Auswärtige leicht zu erreichen, genügend Parkplätze, eine weitläufige Anlage ohne direkte Anwohner. Zudem hört sich der Standort „Sportpark Valznerweiher“ doch deutlich wertiger an, als die üblicherweise für solche Veranstaltungen genutzten Parkplätze an mehrspurigen Straßen.

Wir haben Teatrino mit einem mehrjährigen Pachtvertrag an uns gebunden. Damit wird die Wirtschaftlichkeit des Clubbads erhöht und Mittel gewonnen, die wir für Investitionen in unser Clubbad gut gebrauchen können. Darüber hinaus trägt diese Veranstaltung dazu bei, das Clubbad noch bekannter zu machen.



## Frühjahrsputz im Clubbad

Für den 25. April und dem 2. oder 9. Mai haben wir die Termine für die Reinigungsarbeiten vor dem Freiwasser-Saisonstart eingeplant. Sollten wir bis zu diesen Terminen unsere Wohnungen wieder verlassen dürfen, dann erwarten wir Sie gerne zu dieser alljährlichen gemeinsamen Aktion – es gibt auch eine Brotzeit. Ansonsten finden Sie auf unserer Homepage evtl. Ersatztermine oder Sie rufen dann einfach mal im Clubbad an. Wir würden uns über viele helfende Hände freuen.



## Marc, Uwe und Matthias beim Münchner Marathon

Rund 20.000 Läufer nahmen am 13.10.2019 beim Generali Marathon München über die verschiedenen Distanzen teil. Zahlreiche Teilnehmer bei sonnigem Herbstwetter sorgten für eine tolle Stimmung quer durch die Innenstadt von München. Unter den vielen Läufern waren auch Marc Reed, Uwe Schumacher und Matthias Meixner. Die Haupt-Strecke ist exakt 42,195 Kilometer lang, Start und Ziel waren im Olympiapark, dazwischen lag ein hartes Stück Laufarbeit von Schwabing, über die Altstadt, durch die Au und Bogenhausen - ehe sich unsere Drei auf den letzten 300 Metern im Olympiastadion auf die Ziellinie freuten.

Unterwegs ging es den Attraktionen Münchens vorbei: Gärtnerplatz, Rathaus, Viktualienmarkt, Bayerische Staatsoper, Residenz, Englischer Garten, Münchner Pinakotheken, Siegestor... die Liste der Highlights war schier endlos!

Während Marc den Marathon mit einer tollen Zeit von 3.01/pace 4.19 und dem 25sten Platz (AK 40) belegte, gingen Uwe und Matthias beim Halbmarathon an den Start. Beiden Clubberer gelang eine persönliche Bestzeit: Uwe kam nach 1.52 Stunden/pace 5.20/AK 50/Platz 92 und Matthias mit 2.05 Stunden/pace 5.57/AK 55/Platz 127 in das Ziel.

Diese Zeiten sind auch Jürgen Meyer, dem Lauftrainer der Triathleten, zu verdanken, der nicht nur jeden Donnerstag das Lauftraining leitet sondern auch für den Halbmarathon individuelle Trainingspläne erstellte.



## Neue Trikots eingeweiht

Ruth Keller, Uwe Schumacher und Matthias Meixner starteten bei der Winterlaufserie „Rund um den Dutzendteich“, die über die Wintermonate absolviert wurde, bestehend aus 10 km, 15 km und 20 km,

### Teil 1 – 10 Kilometer

Die 5. Nürnberger Winterlaufserie startete am 24.11.2019 mit rund 300 Teilnehmern bei strahlendem Laufwetter. Zum ersten Mal im neuen Trikot starteten die Club-Teilnehmer. Die neuen Farben haben die Clubberer wohl beflügelt, denn es wurden tolle Zeiten erlaufen: Uwe kam nach 49.38/pace 4.58, Matthias mit 54.02/5.24 und Ruth mit 57.15/5.44 ins Ziel.

### Teil 2 – 15 Kilometer

Eisige Triathlon-Vorbereitung am 19.1.2020 mit über 250 Teilnehmern. Diesmal ging es gleich dreimal um den Dutzendteich. Bei eisigen Temperaturen starteten Lena Gottwald (Frauen offen), Ruth Keller (AK 50), Uwe Schumacher (AK 50), Axel Rabenstein (AK 45) und Matthias Meixner (AK 55).

Auch dieses Mal verfehlten die neuen 1. FCN Trikots ihre Wirkung nicht, denn es wurden wieder großartige Zeiten gelaufen. Lustig war es insbesondere für Lena, die kurz vor dem Ziel alle Ihre Mannschaftskameraden überrundete, die nun noch die dritte Runde zu laufen hatten. Axel kam mit 1:08:45, Uwe mit 1:17:02, Matthias mit 1:22:41 und Ruth mit 1:23:40 ins Ziel. Über Lenas Zeit sprach man nicht . . .

### Teil 3 – 20 Kilometer

Der letzte Lauf der Winterlaufserie startete dann am 15. Februar am Dutzendteich mit rund 300 Teilnehmern. Bei strahlendem Laufwetter um die 6 Grad ging es 20 km mehrmals rund um den Dutzendteich. Auch hier starteten Ruth Keller AK 50,

Matthias Meixner AK 55, Marc Reed AK 45 und unsere Weltmeisterin Lena Gottwald. Das tolle Wetter und die Vorbereitung beim wöchentlichen Intervalltraining unter Lauftrainer Jürgen Meyer motivierten die FCN'ler zu absoluten Höchstleistungen.

Lena lief alle in Grund und Boden und bestätigte mit einer Top-Zeit von 1:14:56 ihren Platz in der Weltspitze.

Während Marc nach 1:25:21 ins Ziel lief und damit Platz 4 in seiner Altersklasse

erreichte, lief Matthias gleich noch 2 Kilometer mehr, um zu beweisen, dass er mit 1:59:21 „seinen“ Halbmarathon unter zwei Stunden laufen kann. Ebenso stolz finishte auch Ruth mit einer Zeit von 1:50:22, obwohl sie erst vor kurzem wieder in das Training eingestiegen ist. Die tolle Leistung der Clubberer wurde damit abgerundet, dass Lena Gottwald den Cup der Winterläufe mit nach Hause nahm.



## Hart, härter, Schwimm-Camp

Um 05:00 Uhr starten wir von Nürnberg aus nach Diethenhofen. Dort wartet auf uns das Hallenbad mit vier 25m Bahnen, auf denen wir uns ganz allein zwei Tage lang bei vier Trainingseinheiten (früh & abends) voll umfänglich austoben können.

Wir, Lisa und ich, sind seit Oktober 2019 nun Vereinsmitglieder beim FCN Schwimmen und somit zwei der letzten Neuzugänge. Für uns beide ist und war das Schwimmtrainingslager ein ganz neues und spannendes Erlebnis unserer noch jungen Triathlonkarriere. Das Kraulen haben wir vor exakt einem Jahr gelernt, um beim Rothsee-Triathlon im Juni 2019 die 1,5km durchzukraulen. Die Ansage war, keine halben Sachen!

Und so kamen wir zu den Triathleten des Clubs und haben uns mehr oder weniger als Anfänger ins Schwimmtraining gewagt. Diese Entscheidung haben wir uns nicht leicht gemacht, aber letztlich hat

der FCN wegen seines Trainingsangebots, der Trainer und der Community alle anderen Vereine übertrumpft.

Zurück zum Camp. In Diethenhofen angekommen, treffen wir auf die Gruppe und es heißt umziehen, damit wir alle pünktlich um 6:00 Uhr im Wasser sind. Mit Thomas, unserem Trainer, begannen zwei sehr schwimmintensive Tage, die sich direkt an das letzte Training am Freitagabend anschlossen. Jede Trainingseinheit war mit 2h angesetzt. Dabei waren Grundlageneinheiten, aber auch Sprints und Technikübungen. Dazwischen blieb allerdings auch noch genug Zeit für reichhaltiges Essen und das obligatorische Mittagsschläfchen. Vielen Dank an dieser Stelle an unsere „Köche“ Angi und Didi.

Dank der Gemeinschaft und des Trainers, die mit konstruktiver Kritik Antrieb verleihen und die Chance bieten, sich weiterzuentwickeln, waren auch harte Einheiten schnell durchgestanden. Videoanalysen, die auch für manch anderen nach 30 Jahren Schwimmerfahrung einiges an Unterhaltungsstoff boten, endeten mit einer gemeinsamen Gruppendiskussion. Und es zeigte sich mal wieder: Man lernt nie aus! Man bekam das Gefühl, gut aufgehoben zu sein und Thomas als Schwimmtrainer versucht das Maximale aus uns herauszuholen - allerdings nicht um jeden Preis. Und das ist für das Weiterkommen essenziell wichtig. Jeder von uns hatte die Möglichkeit, im persönlichen Gespräch Optimierungen zu besprechen und dann umzusetzen.

Fazit: Ein super kurzweiliges, schwimmintensives Wochenende mit einer ordentlichen Portion guter Laune, bei dem wir nächstes Jahr wieder mit dabei sind.



*Für ein Lächeln reicht's noch nach zwei harten Tagen in Diethenhofen*

Lisa & Nadine

## Martin Joost startete in Marrakesch

Marrakesch ist schon aus touristischer Sichtweise ein lohnenswertes Reiseziel. Dort wird im Januar einer der größten Marathons in Afrika ausgetragen. Daraus entstand im letzten Herbst die Idee, Sightseeing und Laufen zu verbinden.

Der viel zu warme Winter war zum regelmäßigen Laufen gar nicht schlecht, aber leider nicht für Wintersportler.

In Marrakesch angekommen war das Wetter nahezu perfekt: 20 Grad am Nachmittag bei Sonne und guter Sicht zum nahe gelegenen Atlas-Gebirge. Nur morgens war es mit 5 Grad doch etwas frisch. Am Samstag erfolgte zur Lauf-Vorbereitung eine Tour durch die Altstadt rund um den sehenswerten zentralen Marktplatz und die bekannte Koutoubia-Moschee. Trotz aller leckeren lokalen Speisen wie Tajine oder Couscous gab es zum Glück Restaurants, die die klassische "Pasta-Party" ermöglichten. Denn kulinarische Experimente am Vortag können bekanntermaßen zu außerplanmäßigen Herausforderungen führen.

Am Sonntagmorgen erfolgte dann mit 1.500 weiteren Läufern der Start zum Marathon, nicht weit vom Zentrum entfernt, bei perfekten Laufbedingungen. Die Strecke führte einmal rund um Marrakesch, der Kurs war schnell und gut ausgeschildert. Nach 2:50 h kam Martin als 78. ins Ziel. Damit war er mehr als zufrieden, zumal wirklich schnelle Läuferinnen und Läufer aus den bekannten afrikanischen Läuferländern teilnahmen.

Zurück im „Riad“, welches in Marokko eine empfehlenswerte Alternative zum klassischen Hotel darstellt, wurde die Regeneration gleich mit einem Hammam-Besuch und einer Massage eingeleitet. Nachmittags Entspannung auf der Dachterrasse und am Abend dann doch noch vollumfänglicher Genuss der marokkanischen Küche. Trotz nicht immer perfekter Organisation rund um das Rennen (z.B. fehlender Streckenplan) war das ein spannender und lohnenswerter Kurz-Trip.



## Lena Gottwald verrät uns ihre Zukunftspläne

Im vergangenen Jahr konnte ich neben meinem deutschen Meistertitel über die olympische Distanz in Beilngrieß auch die Europameisterschaft in Weert und die WM in Lausanne für mich entscheiden. Diese Ergebnisse erzielte ich in meiner Altersklasse 20-24 und war zudem noch bei allen drei Rennen die schnellste aller Frauen. Ebenso gelang mir zum Abschluss bei meinem Mitteldistanzdebüt beim 70.3 Italy in der Zeit von 4:21,33 Std. nach 1,9 km Schwimmen, 90 km Radfahren und 21 km Laufen als erste die Ziellinie zu überqueren. Der Vorsprung von ca. 20 Minuten bestätigte zudem nochmals meine sportliche Form.



*Lena Gottschalk zusammen mit dem 3. Bürgermeister Dr. Gsell bei der Ehrung zur Sportlerin des Jahres.*

Nach dieser erfolgreichen Saison im vergangenen Jahr war für mich klar: ich starte im kommenden Jahr als Profi. Als erstes Eliterennen werde ich in Alsdorf bei der Duathlon EM über die Mitteldistanz an der Startlinie stehen. Gefolgt vom Ironman 70.3 Barcelona im Mai und der deutschen Meisterschaft über die Halbdistanz in Nordhausen. Zum Abschluss steht der Ironman 70.3 Zell am See Ende August im Rennkalender. Zudem werde ich das Damenteam des TSV Amicitia Viernheim in der 1. Bundesliga unterstützen. Hierbei sind fünf Wettkämpfe in der Saison über die Sprintdistanz zu absolvieren. Auf mein Heimrennen in Nürnberg am 23. August freue ich mich schon ganz besonders.

Ende Februar absolvierte ich in meinem Trainingslager auf Mallorca einige sehr wichtige Kilometer auf dem Rad, im Wasser und beim Laufen. Mein Wettkampfkalendar ist vollgepackt mit Terminen. Nun kann es los gehen - ich freue mich auf jedes Rennen!



### Mit dem Trecker durch die Weinberge

### Endlich wieder ein Vereinsausflug im Angebot!

Und das geht schon gut los: mit einem Glas Secco werden wir empfangen. Anschließend bekommen wir eine Führung durch das neue Weingut, die Whiskybrennerei und den Holzfasskeller.



Dann geht's raus in die Weinberge mit dem Trecker und Planwagen und zu einem Genießer-Spaziergang (2 km) durch die Zellitzheimer Weinberge. Unterwegs genießen wir **4 Glas Wein**, dazu Schinken- und Käsegebäck (für Nicht-Weintrinker gibt's Traubensaft und Mineralwasser). Dazu Geschichten über Land, Leute und den Wein. Zurück auf dem Weingut gibt es eine fränkische **Winzer-Brotzeit** in der Weinstube. Den Abend lassen wir mit Sommerweinen ausklingen. Als Finale serviert uns die Winzerfamilie **ein Haselnüsse oder einen fränkischen Whisky**.

Wir fahren mit einem gecharterten Bus für Mitglieder und Freunde an die Volkacher Mainschleife nach Zellitzheim. Ein historisches Ortsbild, mit Kirchenburg und Schloss erwartet uns.

Seit dem 7. Jahrhundert wird dort Weinbau betrieben, heute auf einer Anbaufläche von 17 ha. Die bekannteste Weinlage ist der Heiligenberg.

Das Weingut Möblein destilliert seit 1996 in einer eigenen Brennerei auch fränkischen Whisky und zählt heute zu den Top 3 der besten deutschen Whisky-Brennereien.

Termin vormerken: **26. September um 12.30 Uhr am Clubbad**. Bis ca. 21.30 Uhr sind wir wieder zurück.

### Und das kostet dieser Ausflug als Komplett-Paket:

**Pro Person zahlen wir € 59,00** - das wäre alles für diese exklusive und ausgewogene Leistung: Fahrt, Programm, Weinprobe, Snacks und Winzerbrotzeit.

Bei Eintrag in die Teilnehmerliste sind vorab € 30,00 zu bezahlen, der Rest dann auf der Fahrt im Bus.

Nur wenn Sie guten fränkischen Wein mitnehmen wollen müssen Sie noch etwas drauflegen.

Teilnehmerlisten liegen ab Saisonbeginn an der Kasse im Clubbad. Sie können sich aber auch per mail anmelden:

Ursi Roth, u.roth@fcn-schwimmen.de oder 09128 - 5050364 und über k.m.welker@kabelmail.de oder tel. 0911- 595990.

### Sommer ohne Ende.

Mit den neuen Perea Pergola-Markisen



regensicher



windstabil



lichtdurchlässig

### PETER SWATSCHEK

Fenster • Türen • Tore  
Sonnenschutzsysteme  
Rolläden • Insektenschutz

Goßrunstr. 43 • 90459 Nürnberg  
www.swatschek-fenster.de  
Tel. 0911-457777



## Das muss einfach mal gesagt werden

Von Badegästen, Besuchern und gelegentlich auch von Mitgliedern wird der Zustand unserer Liegewiesen bewundert.

Immer gepflegt und frisch geschnitten, kein Unrat, schön grün und Fehlstellen schnellstens ausgebessert, umweltfreundlich gedüngt - was will man mehr! Und wer macht das?

Wer es nicht weiß, das Foto als Beweis: es ist **Walter Huber**, der gute Geist, der diese Aufgabe wahrnimmt, manchmal murrend, aber doch stolz, dass „sein“ Clubbad so gut ankommt. Meistens zu Zeiten ohne Gäste und außerhalb der Saison ist er mit dem Betreuen der Anlage beschäftigt. Hier wollen wir ihm einmal ein großes Dankeschön zukommen lassen, denn auch er ist einer der im Clubbad ehrenamtlich arbeitet. Sein größter Wunsch: einen geeigneten Nachfolger finden, denn er ist schon lange im Rentenalter und würde sich über Entlastung freuen.



## Eigentlich wollten wir auch über die Wettkampfergebnisse unserer Masters berichten.

**Nun sind sowohl die Bayerischen Kurzbahnmeisterschaften als auch die "Langen Lagen" in Solingen wegen des Corona Virus abgesagt wurden.**

**Bis zum Redaktionsschluss war noch nicht bekannt, ob es dafür neue Termine gibt.**

**So bleibt unseren Masters nichts weiter übrig als weiterhin fleißig zu trainieren, bis dass der Tag kommen wird, an dem sie für ihre Leistungen wieder Medaillen bekommen**

## Aufgabenveränderung im Bereich Wasserball

Seit Januar 2020 wird beim Post SV die Aufgabe des Wasserballwarts von Marc Steinberger und Christian Naruisch als Doppelspitze wahrgenommen.

## Wasserball in Zeiten von Corona

Anders wie gewohnt, befinden wir uns in einer schwierigen Zeit, es geht nicht um Siege und Meisterschaften, sondern sind zum Warten verurteilt, wann und wie es weiter geht . . .

Die Verantwortlichen nutzen die Zeit um aufzuarbeiten, was während des Spielbetriebs liegen blieb.

Die Aktiven haben alle Trainingspläne mit Übungen und Vorgaben für Lauftraining etc. erhalten, damit sie sich außerhalb des Wassers einigermaßen fit halten können und die Rückkehr in einen „normalen“ Trainingsbetrieb nicht allzu schwer fällt.

Ferner erhalten sie täglich 20-30 kurze Video-Clips von unserem hauptamtlichen Trainer Nemanja Andric, mit Übungen und Erläuterungen, die sie zu Hause ausführen sollen.

Zusätzlich bietet unser Partner Old School Gym, Maksym Umansky, den Jungs 2x in der Woche 1 Std. Live Training über einen YouTube Kanal an, damit sie unter Anleitung in einer virtuellen Gemeinschaft gemeinsam trainieren können. An dieser Stelle ein großes DANKE-SCHÖN an Maksym - es ist nicht selbstverständlich, in dieser Zeit, für uns so da zu sein – Danke.

Gemeinsam hoffen wir, dass diese Zeit baldmöglichst vorbei ist und wieder ein kleines Stück Normalität im Alltag einkehrt. Wir werden uns wohl auf andere, kreative Wege fit halten müssen.

Wir wünschen euch allen alles Gute und bleibt gesund!

Marc & Christian - Wasserball Spielbetrieb

Bedingt durch die Einstellung des gesamten Spielbetriebs wurden in der bisherigen Saison nur 3 Wettbewerbe beendet, bei denen alle Mannschaften in den Altersklassen U12, U14 und U16 von uns vertreten und auch erfolgreich waren.

### U14

Den Anfang machte unsere U14 SSV (Süddeutsche Liga), die nach Platz 2 in der Vorrunde zur Süddeutschen Meisterschaft am 16.02.2020 die Endrunde um die SSV Meisterschaft im heimischen Langwasserbad bestritt.

Dort trafen sie auf SSV Esslingen und SV Weiden. Die ebenfalls für die Endrunde qualifizierte Mannschaft von WV Darmstadt 70 zog kurzfristig zurück, da ihr stärkster Spieler zum Ligakonkurrenten SSV Esslingen wechselte.

So hatte sich der SSVE zur Endrunde hin enorm verstärkt, um sein Ziel Süddeutscher Meister zu erreichen. Wenn sie auch beide Spiele der Vorrunde gewannen, so war es nur gegen eine geschwächte

Barracudas Mannschaft, der in beiden Spielen jeweils 2 etatmäßige Spieler fehlten. Wie während der fast gesamten Saison, so auch bei der Endrunde konnte keine komplette Barracudas Mannschaft antreten.

Den Auftakt hatten unsere Jungs gegen den SV Weiden, gegen den sie nur schwer ins Spiel kamen und sich erst im letzten Viertel durchsetzen konnten und mit 9:6 gewannen.

Gleich eine ½ Stunde nach diesem Spiel ging es für unsere Spieler im „Finale“ gegen den SSV Esslingen, der sich das Spiel gegen den SV Weiden ganz genau angeschaut hatte, um die Schwächen in unserer Mannschaft auszumachen. So, perfekt auf die Barracudas eingestellt, dominierte der SSVE das Spiel von Beginn an und setzte sich in allen 4 Spielabschnitten durch. Am Ende siegte SSVE verdient mit 13:5.

Das am Nachmittag ausgetragene Spiel SSV Esslingen gegen den SV Weiden entschied der SSVE mehr als deutlich mit 22:14 für sich und war somit Süddeutscher Meister.

Glückwunsch an unsere Barracudas zum Vizemeistertitel und die Qualifikation zu Deutschen Meisterschaft (wann und ob diese noch ausgetragen wird ist noch nicht bekannt).

**U16** Am 07./08.03.2020 fand die Endrunde um die Süddeutsche Meisterschaft ebenfalls in Nürnberg statt.

Hier stand mehr oder weniger der SSV Esslingen von Beginn an bereits als Meister fest, da er in dieser Altersklasse eine, wenn nicht sogar die Top-Mannschaft in Deutschland ist und sich mit dem Junioren Nationalspieler Sascha Wolf aus Plauen noch einmal extrem verstärkt hatte.

Die weiteren Teilnehmer: neben den Barracudas und SSVE der SC Neustadt/Weinstr. und die SC Wasserfreunde Fulda 1923.

Den Auftakt hatten unsere Barracudas am Samstagabend gegen den SC Neustadt, den sie mit 11:5 besiegten und der SSVE gegen Fulda, der mit 35:2 mehr als deutlich siegte.

Am Sonntag begann das Turnier mit dem Spiel Fulda gegen die Barracudas, die mit 4:31 unter die Räder kamen. Man muss sich hier fragen, ob es sinnvoll ist, solche Mannschaften zu einer Endrunde zu melden. Das vor allem auch noch vor dem Hintergrund, dass 2 Wochen vorher, diese Mannschaft bereits gegen die Barracudas U14 mit 13:6 unterlag. Man hatte statt der U16, die U14 nach Fulda zur DM-Vorbereitung geschickt.

Nach dem der SSVE gegen Neustadt mit 27:6 und der SCN anschl. gegen Fulda mit 21:9 siegte, stand fest, dass die Barracudas gegen den SSVE um Platz 1 und 2 spielen. Neustadt beendet mit Platz 3 und Fulda mit Platz 4 das Turnier.

Das Spiel gegen Esslingen war nicht ganz so dominant und deutlich, wie man es erwartet hatte, aber am Ende stand ein souveräner 15:6 Sieg für den SSVE auf der Anzeigentafel.

So endete für unsere Barracudas die Endrunde mit Platz 2 und der Qualifikation zur DM – Glückwunsch.

**U12** Ebenfalls am 07./08.03.2020 ging es für unsere U12 in Cannstatt um den Süddeutschen Pokal. Sie reisten, neben dem austragenden SC Cannstatt, als Favorit für den SSV Pokal an. Als weitere Vereine hatten sich der SV Würzburg 05 und der SSV Esslingen für diese Pokalrunde qualifiziert.

In dem jeder gegen jeden Modus wurde das angenommene Finalspiel SV Cannstatt gegen die Barracudas dann auch als letztes der insgesamt 6 Begegnungen angesetzt.

In den beiden Begegnungen gegen Würzburg und Esslingen zeigten unsere Jungs, dass sie ihrer Favoritenrolle gerecht werden. So kamen vornehmlich jüngeren Spieler zum Einsatz, damit sie viel Erfahrung auf diesem Niveau sammeln konnten.

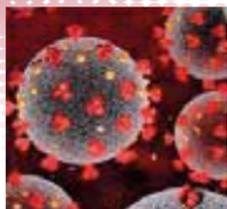
Unsere Barracudas siegten ungefährdet mit 11:5 gegen den SVW 05 und 14:10 gegen den SSVE.

Auch der SV Cannstatt wurde seiner Favoritenrolle gerecht und siegte in seinen beiden Begegnungen ebenfalls ungefährdet. Das Spiel um den Pokal fand, wie prognostiziert zwischen Cannstatt und unseren Barracudas statt.

Es wurde das erwartete enge und spannende Spiel, in dem sich keiner einen entscheidenden Vorteil erarbeiten konnte.

So war es nicht verwunderlich, dass es bis kurz vor Schluss 7:7 Unentschieden lautete und man in der Halle mit einer Entscheidung im 5m-Werfen rechnete. Doch 11 Sekunden vor dem Schlusspfiff wurde auf Grund eines Fehlers der Barracudas, dem SV Cannstatt ein Strafwurf zugesprochen. Der treffsicherste Schütze der Cannstätter behielt die Nerven und verwandelte diese Chance sicher zum 8:7 Endstand, das bedeutete den Pokalsieg für den SV Cannstatt. Auch die Barracudas U12 musste sich so im Finale geschlagen geben und sich mit dem 2. Platz begnügen, der auch zur Teilnahme um den Deutschen Pokal berechtigt - Glückwunsch an unsere U12.

## Appell des Vorstandes



### **Corona - was besonders unsere älteren Mitglieder beherzigen sollten!**

Wir gingen bei Redaktionsschluss Ende März davon aus, dass bis zum Erscheinen dieses Newsletters noch keine relevante Entspannung der Pandemie eingetreten ist und nach wie vor zu drastischen Vorsichtsmaßnahmen aufgerufen wird. Wir haben einen hohen Anteil an älteren, langjährigen Mitgliedern im 1. FCN Schwimmen. Viele davon sind über 70 Jahre alt und dank ihres regelmäßigen Schwimmpensums in guter physischer Verfassung.

**ABER:** mit zunehmendem Alter steigt das Risiko drastisch, dass eine Corona Infektion lebensbedrohliche Auswirkung hat (die Todesrate bei infizierten über 80jährigen liegt bei 25 %, bei über 70 jährigen immerhin noch bei 7-8%). Erschreckend dabei ist, dass gerade die ältere Generation sich dessen nicht bewusst ist und Vorsichtsmaßnahmen oftmals sträflich ignoriert. Auch wenn Sie es täglich in der Zeitung lesen oder im Radio hören:

- bitte bleiben Sie zuhause, wenn dazu aufgerufen wird
- treffen Sie sich nicht mit Freunden
- Nehmen Sie die Nachbarschaftshilfe oder das Angebot der 1. FCN Ultras an, die gerne für Sie zum Einkaufen gehen (Hotline: 0911-94079183 – täglich zwischen 9.30 und 12.30 Uhr)
- Halten Sie immer 1,5m Abstand zu anderen Personen, egal wann und wo
- waschen Sie sich regelmäßig die Hände mit Seife – mind. 30 Sekunden lang!

Wir wollen niemanden bevormunden oder als Lehrmeister auftreten. Aber die Situation ist ernst, sehr ernst! Es soll nicht zu spät sein, wenn es jemand endlich verstanden hat!

Ihre Vorstandschaft