

An der Schwimmtechnik gearbeitet

Trainer Erik Felsner gibt Aktiven des Würselener Schwimmclubs Tipps

Würselen. Ein Highlight der besonderen Art haben jetzt die Schwimmerinnen und Schwimmer der Wettkampfmansschaft des Würselener Schwimmclubs (WSC) erlebt. Bei ihnen zu Gast war der professionelle Schwimmtrainer Erik Felsner. Den hatte der Verein für eine tiefgreifende Analyse der Schwimmtechnik gewinnen können.

Dazu wurden zunächst detaillierte Videoaufnahmen über und unter Wasser als allen Perspektiven gemacht. Ihre Auswertung ergaben Empfehlungen für den „normalen“ individuellen Trainingsbetrieb. Sie stellte Felsner den Aktiven und Trainern des WSC im Rahmen eines Workshops vor.

Langfristig geplant

Anschließend führte er exemplarisch eine Trainingseinheit durch, in der er die empfohlenen Inhalte gemeinsam mit den Trainern umsetzte. Nunmehr will der WSC – so Vorsitzender Alexander Runggas – mit dem professionellen Trainer ein Projekt starten, das auf eine langfristige und effektive Zusammenarbeit mit ihm angelegt ist. Es wird dazu in diesem Jahr regelmä-



Professionelle Unterstützung: Trainer Erik Felsner gab Aktiven des Würselener Schwimmclubs Empfehlungen für den Trainingsbetrieb.

ßig Trainingseinheiten mit Erik Felsner geben, der auf diese Weise seinen Erfahrungsschatz an die WSC-Aktiven weitergeben wird.

Wer sich für eine Mitgliedschaft im Würselener Schwimmclub interessiert, kann sich gerne per Mail

unter info@wsc-1962.de beim Verein melden.

Weitere Informationen rund um das Angebot gibt es zudem online unter der Adresse <http://www.wsc-1962.de/mitgliedschaft/>.

(ehg)