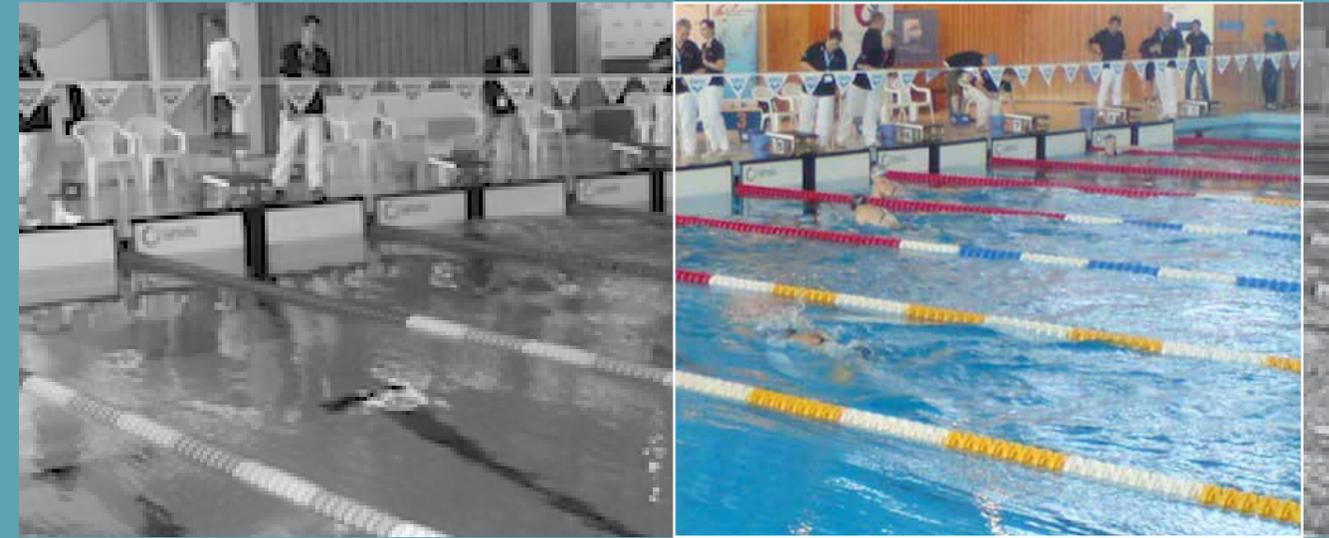


Sport

SCHWIMMEN





Menschen lieben das Wasser. Sie träumen von Ferien am Meer, und einem Haus am Strand. Tatsächlich besiedelt der Mensch mit Vorliebe alle Küsten und Seeufer der Erde. Im Laufe unserer Entwicklungsgeschichte haben wir nicht nur gelernt, uns auf dem Wasser mit Booten zu bewegen, sondern auch im Wasser, Menschen können schwimmen und tauchen. Besonders das Schwimmen hat es uns angetan. Schwimmen ist heute beliebter Freizeit- und auch Wettkampfsport.

> Von Stephan Sigrist

Bereits 1696 erschien ein erstes Buch, das sich nur mit der Schwimmtechnik beschäftigte. Es wurde von M. Thévenot geschrieben und seit da kennen wir den Brustschwimmstil. Hundert Jahre später entwickelten sich dann auch methodische Ansätze, wie man am besten das Schwimmen erlernen könnte und auch nach und nach weitere Schwimmstile. Schwimmen als Wettkampf wurde erstmals 1837 in den Hallenbädern Londons ausgetragen. Geschwommen wurde in den Disziplinen Brust- und Seitenschwimmen. Schnell hat sich diese Sportart entwickelt und gehört seit den ersten Olympischen Spielen der Neuzeit (1896 in Athen) zum fixen olympischen Programm. Bei den zweiten Olympischen Spielen 1900 in Paris wurden ein Hindernisschwimmen, ein Unterwasserausdauerschwimmen und ein 4'000-Meter-Schwimmen veranstaltet, davon hat man aber nur das Langstreckenschwimmen als Wettkampfformen beibehalten. Bei den Olympischen Spielen 1912 nahmen erstmals Frauen im Schwimmwettkampf teil. Erst seit 1973 werden jährlich offizielle Schwimm-Weltmeisterschaften ausgetragen, dabei gelten wie bei allen Schwimmwettbewerben die Regeln der FINA (Fédération Internationale de Natation).

Ein paar Regeln für Schwimmwettkämpfe

Die Schwimmbecken bei offiziellen Wettkämpfen sind entweder 25 oder 50 Meter lang, jede Schwimmbahn muss 2,5 Meter breit sein, die Beckentiefe beträgt mindestens 1,35 Meter. An Olympischen Spielen muss das Becken sogar 2 Meter tief sein. Das Wasser in Wettkampfbecken ist nicht so kalt, wie man das gemeinhin denkt, die Temperatur bei offiziellen Wettkämpfen muss nämlich laut Reglement bei 25–28 ° C liegen.

Die Bahnen werden durch Leinen, die die Wellen von den benachbarten Bahnen abhalten sollen, voneinander getrennt. Auf dem Boden befindet sich zudem in der Mitte einer jeden Bahn ein etwa 25 cm breiter schwarzer Strich, der 2 m vor dem Beckenende ein T ausbildet das hilft zur orientieren.

Über dem Becken hängen ausserdem noch weitere Leinen: 5 m vor jeder Beckenwand befindet sich in 1,8 m Höhe eine Fähnchenleine, um den Rückenschwimmern anzuzeigen, dass die Wand naht. Zusätzlich gibt es noch die Fehlstartleine, die (in mindestens 1,2 m Höhe) 15 m vom Start entfernt hängt. Diese wird ins Wasser gelassen, wenn Schiedsrichter oder Starter auf Fehlstart erkennen. Für Wettkämpfe werden sowohl Hallen- als auch Freibäder genutzt. Im Allgemeinen wird in Süßwasserbecken geschwommen, doch gibt es noch vereinzelt Salzwasserbecken, in denen Wettkämpfe ausgetragen werden.

Wettkampfschwimmen

Im Wettkampf werden unterschiedliche Längen geschwommen: 50, 100, 200, 400, 800 1'500 und 5000 Meter. Dazu kommen Langstreckenschwimmen meist in offenen Gewässern zwischen 5 bis 25 Kilometer. Im Schwimmwettkampf kennt man

Einzelwettkämpfe aber auch Staffelwettkämpfe von Mannschaften, wobei ausschliesslich 4er-Staffeln geschwommen werden.

Weil pro Bahn maximal ein Schwimmer im Wettkampf antritt, werden bei Ausscheidungswettkämpfen mehrere Läufe ausgetragen, in denen die Schwimmer jeweils an der nächsten Ausscheidungsstufe teilnehmen dürfen, wenn sie die nach dem Reglement erforderlichen Platzierungen erreicht haben. Der schnellste gemeldete oder qualifizierte Schwimmer startet immer auf der Bahn 4, der zweitschnellste Schwimmer folgt auf der Bahn 5, weiter geht es dann über die Bahnen 3, 6, 2, 7, 1 bis zur Bahn 8, auf der der langsamste Schwimmer des Laufes schwimmt. Bei Wettkämpfen sind die Bahnen 4 und 5 meist von gelben Leinen eingefasst, um die beiden stärksten Schwimmer zu kennzeichnen.

Die Schwimmer starten nach dem Startsignal von den erhöhten Startblöcken ihrer Schwimmbahn am Beckenkopf durch einen Startsprung in das Wasser (außer beim Rückenschwimmen und bei der Lagenstaffel, wo der Rückenschwimmer aus dem Wasser heraus startet).

Bei Staffeln spricht man außer beim ersten Schwimmer von «fliegenden Wechseln». Der Folgeschwimmer darf maximal drei Hundertstelsekunden vor dem tatsächlichen Anschlag des Vorschwimmers starten. Da bei fliegenden Wechseln die Reaktionszeit wegfällt, sind Staffelschwimmer oft ein wenig schneller unterwegs als in einem Einzelwettkampf.

Die Zeit wird in dem Moment gestoppt, in dem der Schwimmer die Wand (beim Brust- und Schmetterlingsschwimmen beide Hände) berührt, beim Brust- und Schmetterlingsschwimmen muss der Schwimmer die Wand mit beiden Händen berühren.

Bei grossen Wettkämpfen wird die Zeit heute elektronisch gemessen, die Anschlagmatten reagieren dabei schon auf die geringste Krafteinwirkung.



Zusätzlich werden die Zeiten von immer mindestens einer Person pro Bahn manuell (semi-elektronisch) erfasst. In Zweifelsfällen wertet das Zielgericht den Zieleinlauf. So kann es vorkommen, dass Athleten mit identischer Zeit verschiedene Platzierungen erhalten, wenn das Zielgericht die Anschlagreihenfolge erkennen konnte. Liegt eine einwandfrei registrierte elektronische Zeit vor, so ist diese die amtliche Zeit und wird nicht geändert. Der Zielrichterscheid kommt nur zum Tragen, wenn es keine fehlerfreien elektronischen Zeiten gibt, und der festgestellte Einlauf den von Hand gestoppten Zeiten widerspricht.

Heute wird in speziellen Schwimmanzügen geschwommen. Es gibt: Short Skin: Bedeckung der Oberschenkel; Leg Skin: Bedeckung der Beine; Body: Bedeckung der Beine und des Oberkörpers; Full Body: Bedeckung des gesamten Körpers mit Ausnahme der Füße, der Hände und der Kopf-/ Halspartie. Seit 2009 ist es gemäss dem internationalen Schwimmverband FINA verboten, zwei Anzüge übereinander zu tragen, auch nicht eine Badehose unter dem Schwimmanzug ausserdem legte die FINA 2010 fest, dass bei Wettkämpfen die Schwimmbekleidung nicht mehr länger als Kniehöhe sein darf. Außerdem dürfen die Männer keine Bekleidung tragen, die den Oberkörper bedeckt. Reißverschlüsse sind ebenso verboten.

Schwimmstile

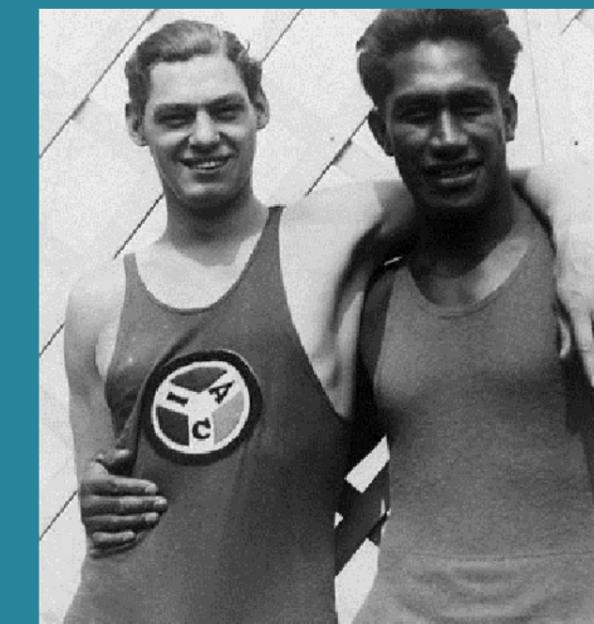
Als Schwimmstil bezeichnet man die spezielle Art oder Technik, in der geschwommen wird. Die heute bekanntesten modernen Schwimmstile sind Brustschwimmen, Kraulschwimmen, Rückenkräulen und Schmetterlingsschwimmen (Delfinschwimmen).

Das Lagenschwimmen ist eine Kombination dieser vier Schwimmstile. Dabei beginnt man mit Delfin, dann folgt Rücken, Brust und Kraul. Wird jedoch in einer Staffel geschwommen, so ändert sich die Reihenfolge. Das Freistilschwimmen lässt die Schwimmart offen. ◀



Internationale Superstars

Die Schwimmwettbewerbe werden derzeit von den USA und Australien dominiert. Der erste Schwimmstar der USA war Johnny Weissmüller, der als erster Mensch die 100-Meter-Strecke in weniger als einer Minute bewältigte und später auch als Tarzandarsteller bekannt wurde. Michael Phelps brach in Peking 2008 mit acht Goldmedaillen den Rekord von Mark Spitz, der bei den Olympischen Spielen 1972 in München sieben Goldmedaillen errang. Zudem ist Phelps mit insgesamt 22 olympischen Gold- und Silbermedaillen der erfolgreichste Olympionike aller Zeiten. Die bekanntesten australischen Schwimmer sind Ian Thorpe und Grant Hackett.





SCHWEIZER TOP-SCHWIMMER

Sport

OLYMPIONIKE

Étienne Dagon,
geboren am 13 September 1960 in Biel



1984 gewann Etienne Dagon als erster und einziger eine Medaille an Olympischen Spielen in Los Angeles. Es war die Bronzemedaille im 200 Brustschwimmen. Er wurde in seinem Medaillenjahr verdienstermassen zum Sportler des Jahres gekürt. Leider gelang ihm die Wiederholung vier Jahre später in Seoul (1988) nicht mehr und er trat vom Schwimmsport zurück. Dem Sport ist er aber stets verbunden geblieben und seit 1996 ist er Leiter der Sportabteilung der Stadt Neuenburg.

EUROPAMEISTERIN

Flavia Rigamonti,
geboren am 1. Juli 1981 in Breganzona



Flavia Rigamontis Paradedstrecken sind die 800 m und die 1500 m Freistil, auf denen sie an Welt- und Europameisterschaften schon mehrfach erfolgreich war. Die Stiftung Schweizer Sporthilfe zeichnete sie als Nachwuchsathletin des Jahres 1997 aus.

Rigamonti gewann an den Schwimmweltmeisterschaften von Fukuoka 2001, Montreal 2005 und Melbourne 2007 jeweils eine Silbermedaille. Im Finale über 1500 m Freistil bei der Weltmeisterschaft 2007 brach sie den Europarekord und schwamm die Distanz erstmals in unter 16 Minuten. Am 23. März 2008 gewann Flavia Gold über 1500 m Freistil bei den Schwimmeuropameisterschaften in Eindhoven 1996 ist er Leiter der Sportabteilung der Stadt Euenburg.

LANGSTRECKENSCHWIMMERIN

Swann Oberson,
Swann Oberson, geboren am 26. Juli 1986 in Genf



Swann Oberson startet für den Verein Natation Sportive Genève und lebt in Thônex. Neben der schweizerischen besitzt sie auch die französische Staatsbürgerschaft.

Oberson nahm im Alter von zwölf Jahren erstmals an Schwimmwettbewerben teil. Sie spezialisierte sich auf die langen Freistilstrecken und auf Langstreckenschwimmen. Im Jahr 2007 gewinnt sie erstmals den Schweizermeistertitel im Freistil und erreicht im selben Jahr bei der Universiade in Bangkok Platz 7.

Bei den Schwimmeuropameisterschaften 2008 in Eindhoven wurde sie über 1500 m Freistil Fünfte. Am 19. April 2008 erzielte sie in Bellinzona ihren ersten Schweizer Rekord, als sie über 1500 m in der Kurzbahn Rigamontis acht Jahre alte Bestmarke um fast neun Sekunden unterbot (16:23,02 Minuten).

An den Olympischen Sommerspielen 2008 in Peking gelang Oberson am erstmals ausgetragenen 10-Kilometer-Rennen ihr bisher wertvollstes Resultat. Sie belegte den sechsten Rang.

Bei den Schwimmweltmeisterschaften 2011 im Ostchinesischen Meer vor Shanghai wurde sie Weltmeisterin über 5 km in 1:00:39,7 Std. vor Aurelia Muller aus Frankreich (1:00:40,1).

TRIATHLETIN

Carla Stampfli,
geboren am 25. April 1984 in Zürich



Carla Stampfli besuchte die Kantonsschule Solothurn. Sie erreichte als Leistungsschwimmerin mehrere Schweizer Rekorde. 2003 und 2004 startete sie bei der Kurzbahn-Weltmeisterschaft und sie nahm an den Olympischen Sommerspielen in Athen 2004 für die Lagenstaffel des Schweizer Schwimmteams teil. 2006 startete sie bei den Schwimmeuropameisterschaften in Budapest.

Seit 2009 ist Stampfli auch im internationalen Triathlon-Geschehen aktiv. In Frankreich startet die Solothurnerin beim Grand Prix de Triathlon für den Verein Brive Limousin Triathlon.



DIE JUNGEN WILDEN

Dominik Meichtry,
geboren am 18. November 1984 in St. Gallen

Dominik Meichtrys Spezialdisziplin ist das 200-Meter-Freistilschwimmen. Bei den Schwimmeuropameisterschaften 2006 erreichte Meichtry den 14. Platz über 100 Meter, den 11. Platz über 200 Meter und den 10. Platz mit der Staffel. Bei den Schwimmweltmeisterschaften 2007 wurde er 13. über 100 Meter sowie jeweils 11. über 200 Meter und mit der Staffel.

Meichtry nahm an den Olympischen Spielen in Peking teil, wo er im Vorlauf seiner Spezialdisziplin, die schnellste Zeit aller Teilnehmer erzielte. Dabei verbesserte er den Schweizer Rekord um 1,38 Sekunden und war sogar schneller als der US-Superstar Michael Phelps. In der Schlussentscheidung belegte er den 6. Platz.

Seit 2005 studiert und trainiert Meichtry an der University of California, Berkeley in Kalifornien.

BRUSTSCHWIMMER-ASS

Yannik Käser,
geboren am 3. Juli 1992 in Rheinfelden



Käasers Spezialdisziplin ist das 200-Meter-Brustschwimmen. Er ist mehrfacher Schweizer Meister, hielt mehrere Jahrgangsrekorde und hält den Schweizer Rekord über 200-Meter-Brustschwimmen sowie mit seinem Verein über die 4x100m-Lagen-Staffel.

Mit der Nationalmannschaft hatte er sein internationales Debüt bei den olympischen Jugend-Sommerspielen 2010 in Singapur. Er schwamm über 200m-Brust mit 2:17,78 eine neue persönliche Bestzeit und erreichte den sechsten Platz. 2011 stellte er bei der Kurzbahneuropameisterschaft in Stettin über diese Disziplin mit 2:09,99 einen neuen Schweizer Rekord auf.

Käser nahm an den Olympischen Spielen in London teil und erreichte aber nur den enttäuschenden 24. Platz.

Seit 2012 studiert und trainiert Käser an der University of Virginia in Charlottesville. Sein Trainer in der Schweiz ist Dieter Sofka.

ZUKUNFTSHOFFNUNG

Danielle Villars,
geboren am 6. März 1993 in Zürich

Villars ist unsere Freestyle- und Butterspezialistin. Villars gewann schon diverse Schweizermeistertitel und hält gegenwärtig den Geschwindigkeitsrekord in ihren beiden Disziplinen. Erstmals auf dem internationalen Paket konnte man sie im Sommer 2010 an der Jugend Olympiade in Singapur bewundern. Villars gehört zum Schwimmclub Limmat Sharks und hat als Mitglied der Schweizer Mannschaft an den Olympischen Spielen in London teilgenommen. Villars lebt in Dallas Texas USA, wo sie an der Universität Southern Methodist studiert und trainiert.