

MASTERS-SCHWIMMEN

Für Sportler, die gern schwimmen, dies aber nicht als Leistungssport betreiben und sich trotzdem in Wettkämpfen messen möchten, ist das Masters-Schwimmen genau das Richtige.



Text: Manuela Stöhr
Fotos: Katja Seidler

Medaillenkampf im Chlorwasser – die Leidenschaft zweier Masters



Mit seinen 29 Jahren gehört Christian Pfeifer (li.), genau wie sein Teamkollege Ralf Hildebrandt (32) zu den Jungspunden unter den Masters-Schwimmern.



Masters-Schwimmen - was ist das eigentlich? Ist das nicht der Sport bei dem sich ältere Leute noch ein bisschen im Wasser bewegen? Also Seniorensport oder gar Rentner-Gymnastik? Weit gefehlt! Eine solche Umschreibung wird den Masters nicht gerecht.

Das Masters-Schwimmen ist eine Plattform für all die Schwimmer, die das Schwimmen zwar hobbymäßig betreiben, aber sich auch aktiv bei Wettkämpfen messen wollen. Dabei spielt das Alter kaum eine Rolle. Denn die Ältesten unter den Masters-Schwimmern demonstrieren immer wieder eindrucksvoll, wie fit, agil und schnell man noch weit jenseits der Rente sein kann. Mit dem 20. (Deutschland) bzw.

25. Lebensjahr (international) kann jeder in den Masters-Bereich einsteigen, wobei nach oben keine Grenzen gesetzt sind. Man tritt in Altersgruppen zu je fünf Jahren an, also 20 bis 24, 25 bis 29 Jahre und so weiter.

So ergibt es sich, dass bei Wettkämpfen, wie den Deutschen Meisterschaften der Masters (DMM) die unterschiedlichsten Altersgruppen aufeinander treffen und damit eine einzigartige Atmosphäre entsteht. International werden sogar Europa- und Weltmeisterschaften (EMM und WMM) ausgetragen.

Wie wird man denn eigentlich ein Masters-Schwimmer, fragten wir Christian Pfeifer von der 1. Dresdner Schwimmgemeinschaft. „Da

sicherlich niemand in jungen Jahren plant, ein guter Masters-Schwimmer zu werden, sind die Wege dahin recht vielfältig. Von erfolgreichen bis zu erfolglosen Leistungssportlern, von Spätstartern bis zu absoluten Quereinsteigern ist alles möglich“, erklärt uns der 29-Jährige. Und weiter schildert uns der gebürtige Karl-Marx-Städter: „Sportler, die wahrscheinlich früher nie etwas im direkten Vergleich miteinander zu tun gehabt hätten, können sich im Masters-Bereich auf Augenhöhe messen.“

Neben dem erfolgreichen Dresdner Masterschwimmer ist auch Ralf Hildebrandt immer auf den oberen Treppchen mit dabei. Beide gehören mit ihren 29 und 32 Jahren eher zu den Jungspunden unter den Masters. Und jeder hat auf seinem individuellen Weg zu dieser Sportart gefunden und startet dort erfolgreich.



Christian ist seit mittlerweile 24 Jahren im Schwimmsport aktiv mit allerdings ständig wechselndem Fokus. Der

Startschuss fiel mit der noch im Vorschulalter vom DDR-System auserkorenen Berufung zum Schwimmen. „Anscheinend konnte man aus den körperlichen

Maßen meiner Eltern auf gute Voraussetzungen für diesen Sport schließen“, vermutet der 29-jährige Hobbyschwimmer. Es folgten drei Jahre Grundlagentraining im Trainingszentrum (TZ) Karl-Marx-Stadt Mitte/Nord. Das wachsende Unverständnis der Eltern für die stetig steigenden Trainingsumfänge in diesem jungen Alter, ein schwerwiegender Unfall und auch die Wiedervereinigung stoppten allerdings seinen sportlichen „Plan-Verdegang“. In den folgenden Jahren, in denen ein normaler Leistungssportler Trainingsumfänge bis zum Erbrechen absolvieren würde, sollten zwei entspannte Trainingseinheiten mit etwa drei Kilometer pro Woche bei den ortsansässigen Rettungsschwimmern ausreichen. Mit der Wasserwacht Chemnitz erreichte er mehrere Sachsenmeistertitel und Teilnahmen an den Deutschen Meisterschaften im Rettungsschwimmen. Erst mit dem Beginn des Studiums schloss sich Christian einem Schwimmverein - dem TSV Einheit Süd Chemnitz - an. Auch wenn er dort mangels Trainingskameraden des Öfteren zum Einzelkämpfer mutierte, steigerten sich über die nächsten Jahre die wöchentlichen Trainingsumfänge auf für einen Hobbysportler enorme 40 Kilometer. Entsprechende Leistungssteigerungen ließen nicht lange auf sich warten. Auch wenn mit dem

Abschluss des Studiums und dem beruflichen Wechsel nach Dresden nicht mehr so viel Zeit für das Training blieb, konnte er mit halbiertem, aber dafür viel intensiverem Trainingsumfang in der starken Masters-Gruppe des Dresdner SC sein erarbeitetes Niveau halten. Als Höhepunkt sicherte er sich bei seinem ersten internationalen Auftritt im letzten Jahr im spanischen Cádiz den Vizeeuropameistertitel der Masters über 200 Meter Rücken in der Altersklasse 25 und ist mehr denn je begeisterter Schwimmer.



Chlorwassersüchtig ist auch Ralf Hildebrandt. Auch seine „Karriere“ begann in einem der vielen Trainingszentren der DDR mit drei Mal pro Woche

eine Stunde Training im beschaulichen Bautzen. Für die Sportschule war er nur knapp zu langsam und vor allem mit einer erwarteten Körpergröße um die 1,70 Meter schlicht und ergreifend zu klein, um den damaligen Maßstäben für den staatlich organisierten Spitzensport zu genügen. Als mit 16 Jahren seine damaligen Trainingskameraden keine Lust mehr hatten, blieb er jedoch am Ball, besser gesagt im Wasser. Doch in den späteren Jahren wurde es immer schwerer, mit den wesentlich jüngeren Sportlern effizient und mit Spaß zu trainieren. „Den Tiefpunkt erreichte ich nach bundeswehrbedingter, längerer Trainingspause. Als ich dann zum Studium meinen Weg nach Dresden fand, schloss ich mich der Masters-Gruppe des Dresdner SC an und schwamm erst einmal nur hinterher“, berichtet uns der gebürtige Bautzner. Doch mit Konsequenz und Enthusiasmus steigerte er seine Leistungen über zehn Jahre kontinuierlich und schwimmt noch immer Bestzeiten. Genau wie Christian trat auch Ralf im hohen Schwimmeralter von 31 Jahren bei seinem ersten internationalen Wettkampf in Cádiz an und konnte sich dort ebenfalls einen Vizeeuropameistertitel der Mas-

ters über seine Paradedstrecke 200 Meter Schmetterling in der Altersklasse 30 sichern. „Dieses Kunststück konnte ich in diesem Sommer bei den Masters-Weltmeisterschaften in Göteborg mit einem 2. Platz über 200 Meter Rücken wiederholen,“ verrät uns Ralf stolz.

Das Masters-Schwimmen wird auch im Freiwasserbereich ausgeführt. Und auch wenn Ralf und Christian Hallenschwimmer sind und ihre Stärken auf den 100 bis 400 Meter-Strecken liegen, so sind sie in der Freiwassersaison nicht untätig. „Am Anfang war es nur eine Notlösung, da die Schwimmhallen im Sommer schließen, weil das Hallenpersonal in den Freibädern gebraucht wird,“ berichtet uns Ralf und führt weiter aus, dass Freiwasserkämpfe inzwischen fester Bestandteil ihres Hobbys geworden sind. Der Höhepunkt ist die DM-Masters Freiwasser mit Strecken über 2,5 Kilometer, wo Christian in seiner Altersklasse gewinnen konnte und 5 Kilometer, die Ralf für sich entscheiden konnte. Beide wurden auf der jeweils anderen Strecke Zweiter. Zusammen mit Jenny Wachsmuth konnten die Drei den Titel über die dreimal 1,25 Kilometer-Staffel aus dem letzten Jahr verteidigen.

Die zwei Wasserratten starten mittlerweile beide für die 1. Dresdner Schwimgemeinschaft, die im Sommer 2009 als Zusammenschluss der größten Dresdner Schwimmvereine, USV TU Dresden und Dresdner SC, gegründet wurde. So bündelte man die Kräfte sowohl zu Wasser als auch zu Lande bestens, um das Fortbestehen und Wiederbeleben des erfolgreichen Dresdner Schwimmsportes zu ermöglichen. Beide sagten uns zum Schluss: „Im Wasser sieht es sowohl im Leistungs- als auch im Mastersport schon recht gut aus. Aber zu Lande liegen – was gerade den dringend notwendigen Schwimmhallenneubau angeht – noch einige Steine im Weg, die beseitigt werden müssen.“



Ein guter Absprung ist auch bei den Masters von Vorteil. Hier fliegt Christian Pfeifer ins Wasser.

▼ Anzeige ▼



Veranstaltungsschutz für Sport, Kultur und Politik

Sicherheitskonzeptionen und Einsatzleitung

Zusammenarbeit mit Sicherheitsbehörden

technisches Equipment

Absperrungen, Kommunikationsmittel, Personenkontrolltechnik

 **POWER**
PERSONEN-OBJEKT-WERKSCHUTZ GMBH

POWER. Das ist sicher.

www.power-gmbh.de

Am Brauhaus 8b · 01099 Dresden
Tel. 0351 88 959 88