

3 • 2022



DAS ZÜRION

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Seit der letzten Ausgabe des Zürions ist wieder Vieles passiert. Nach der letztjährigen Vereinsversammlung, bei der wir nur eine briefliche Abstimmung durchführen konnten, war dieses Jahr eine physische Durchführung möglich. Wir trafen uns Ende Juni im Restaurant Weisser Wind und verbrachten einen tollen Abend miteinander.

Wie ihr auf den nächsten Seiten lesen könnt, fanden nebst den zwei Trainingswochenenden der Jugend und der Erwachsenen einige Wettkämpfe statt und auch am regionalen Präventionswochenende konnten wir Jung & Alt vom Rettungsschwimmen begeistern.

Viel Spass beim Durchlesen,
Selina

Solltet ihr das Zürion künftig in digitaler Form wünschen, meldet euch bitte bei Ueli per E-Mail (kassier@slrgzueri.ch).

Inhalte

Editorial	2	Trainingsweekend Erwachsene in	
Impressum	3	Filzbach	15
Neujahrstreff im Restaurant Grünwald	4	Regionales Präventionsweekend SLRG	
3-Berge-Pokal	5	Züri	19
Städtewettkampf Bern	7	Vereinsanlässe	22
Trainingsweekend Jugend in		Training	25
Saignélegier	9	Jahresprogramm 2022/2023	26
Regionale Jugendmeisterschaften in		VIP Adressen	27
Wädenswil	12		

Impressum

Auflage: 350
Erscheint 2-mal jährlich
Druck: Zürcher Kantonalbank

Redaktion
Selina Hartmann
kommunikation@slrgzueri.ch

Beiträge in Text- oder Bild-Form sowie Anregungen sind herzlich willkommen.
Wendet auch dafür an Selina Hartmann (kommunikation@slrgzueri.ch).

Damit euch das Zürion auch nach einem Adresswechsel erreicht, informiert bitte unseren Kassier (kassier@slrgzueri.ch) oder schreibt bitte an die folgende Adresse:

SLRG Sektion Züri
8000 Zürich

Achtung!

Redaktionsschluss für das Zürion Nr. 2 / 2023 ist
der
1. März 2023

Neujahrstreff im Restaurant Grünwald



Wie jedes Jahr, organisierte Ernst den beliebten Neujahrstreff im gemütlichen Restaurant Grünwald. Ein herzliches Dankeschön von allen, lieber Ernst. Dieses Jahr war es besonders speziell, viele fröhliche „SLRGlerInnen“ im „märlihaft“ dekorierten Haus nach den langen Pandemienmonaten zu treffen und aufs Neue Jahr anzustossen.

Das Restaurant Grünwald besteht schon sehr lange. Dieses Jahr darf das ehrwürdige Haus bereits sein 100 Jahre-Jubiläum feiern. Die Speisekarte bietet eine grosse Auswahl an Menüs für den grösseren oder kleineren Hunger. Es ist ein sehr schön gelegener, idyllischer Ort mit Sicht ins Grüne - zu jeder Jahreszeit ein beliebter Treffpunkt für Jung und Alt.

Erika

3-Berge-Pokal

Nach zwei Jahren Zwangspause war es wieder so weit. Am Dienstag, 8. März um ca. 20.15 Uhr fiel der Startschuss zum 3-Berge-Pokal 2022, dieses Jahr eher der 4-Berge-Pokal. Warum? Schaffhausen war Gastsektion und hat den weiten Weg nicht gescheut, für den „Stadtzürcher Wettkampf“, den die SLRG Höngg jedes Jahr organisiert. Das Statement von unserem Trainer Claudio war von Anfang an eindeutig, der Wanderpokal muss wieder zurück! Okay nicht gerade mit diesen Worten, aber die Aufgabe war klar und machbar. Für die Damenmannschaft leider ein Ding der Unmöglichkeit, da wir lediglich mit drei Frauen am Start waren. Mit zwei gemischten Mannschaften* starteten wir in der Kategorie Herren, wie auch SLRG Altberg und SLRG Schaffhausen, d.h. vier Herrenmannschaften und zwei Damenmannschaften.



Unsere Herrenmannschaft mit Selina, Claudio, Walter und Manuel (leider weitergezogen nach Holland) belegte den 1. Rang gefolgt von SLRG Schaffhausen und die Altberger auf Rang 3. Bravo, Mission war erfolgreich! Die beiden Damenmannschaften waren von Höngg, tja so blieb der schöne Damen-Wanderpokal in Höngg. Aber nächstes Jahr holen wir ihn wieder.... Also liebe Frauen, macht euch bereit ;-)

Was wurde geschwommen:

- Hindernisschwimmen
- Puppenschwimmen, nicht verwechseln mit Puppenstaffel
- Gurtretter-Staffel
- Kombinierte Flossenstaffel
- Rettungsmatratzen-Staffel, es muss nicht immer ein Brett sein



Der ganze Spass dauerte etwas mehr als eine Stunde und war super organisiert wie immer, hier ein herzliches Dankeschön an Joel von der SLRG Höngg

Marica

Städtewettkampf Bern

Es war früh, sehr früh, als wir uns am Sonntag, 20. März auf dem Parkplatz vor dem Hallenbad Oerlikon getroffen haben. Aufgeteilt auf zwei Autos machten wir uns mit einer Jugend- und einer gemischten Erwachsenenmannschaft auf Richtung Bern. Da so früh morgens (und das an einem Sonntag) glücklicherweise mal keinen Stau auf dieser Strecke war, trafen wir pünktlich in Bern ein.

Nach dem Inspizieren des Bades und einem kurzen Einschwimmen ging es dann auch schon los. Gestartet wurde mit dem Hindernisschwimmen im Team. Speziell an diesem Wettkampf ist, dass sowohl Erwachsene wie auch Jugendliche in den gleichen Läufen schwimmen. So kam es, dass die Mannschaft Züri Erwachsene und die Mannschaft Züri Jugend im gleichen Lauf gegeneinander geschwommen sind.

Die nächste Disziplin war Line Throw, welche sowohl Lily und Laura als auch Claudio und Manuel hervorragend meisterten. Dann folgten einige Disziplinen wie Manikin Carry, welche nur als Einzeldisziplin geschwommen werden.

Diejenigen, die eine besondere Challenge wollten, versuchten sich beim Rescue Medley (oder dem sogenannten «Totenkopf»). Einer Disziplin, bei der 50m Freistil gesprintet, 17.5m getaucht und dann noch 32.5m eine Puppe abgeschleppt wird. Nach dieser Disziplin waren auch die Letzten recht müde. Zum Abschluss folgte dann noch die Gurtretter-Staffel als letzte Disziplin.

Eine Topleistung zeigte Lea Krebs, welche in der Kategorie Jugend-Einzel den Sieg holte.

Auch unsere Jugendmannschaft glänzte mit einem top Resultat und belegte den 3. Platz in ihrer Kategorie.



Die Erwachsenen-Mannschaft startete mit einer gemischten Mannschaft bei den Herren und belegte den 6. Schlussrang.

In der Einzelwertung erreichten
Claudio Bürge Rang 14
Manuel Regueiro Rang 15
Walter Krebs Rang 21

Herzlichen Glückwunsch an alle zu diesen Leistungen! 😊



Total müde, aber voll happy machten wir uns auf den Nachhauseweg nach einem erfolgreichen Tag.

Selina

Trainingsweekend Jugend in Saignélegier

Im Mai war es endlich wieder soweit: unser 2. Trainingsweekend der Jugendgruppe in Saignélegier stand an. Und diesmal waren mit 28 Kids und Jugendlichen wirklich alle mit dabei. So mussten wir schon mit 2 Büssli, einem PW und 3 Eltern PWs den Weg in den Jura antreten, um das Sportzentrum mit Zürcher Rettungsschwimmkids zu fluten.

Das Sportzentrum hat sich modernisiert, uns so konnten wir in komfortablen 4 und 6 Bettzimmern nächtigen. Und wieder hatten wir mit Hanns ein Geburtstagkind im Weekend, der gar eine ganze Geburtstagstorte mitbrachte! Es wurde also gesungen, Kuchen gemampft und auch ein kleines Geschenk durfte nicht fehlen.

Nach dem Znacht wurden die Zimmer bezogen und dann in der Turnhalle noch die Aufregung etwas weg gesportelt. Mit Chlübli-Fangis und Sportspielen wurde bis spät am Abend noch rumgetobt und gelacht.



Samstags ging es nach dem Frühstück direkt los mit dem Ernst des Lebens bzw. Sports... 1.5h Training standen an, und Jan packte direkt mal für die Junioren den Hammer aus. Nach dem Motto: "nur die Harten kommen in den Garten...", wurde 30 min eine Endlosstaffel geschwommen, mit freundlicher Motivation von Jan. Die jüngeren Gruppen mussten da etwas weniger leiden, konzentriert gearbeitet wurde aber auch hier. Nach kurzer Pause gab es bei strahlend schönem Wetter Sport und Spiel auf der Wiese. Jan führte hier wieder in die Beachflag Disziplin ein, und das Gelernte wurde dann mit vollem Einsatz umgesetzt. Entschuldigung an die Eltern für die Extrawäsche, die vermutlich erforderlich war, aber so manches weisse oder helle T-Shirt und alle Hosen wurden in Braune verwandelt. Fango soll ja gesund sein....

Am Nachmittag nahmen wir nochmals bei der Nothilfe das Ampelschema (Schauen-Denken-Handeln), die Baderegeln und richtig Alarmieren durch. An ein paar Fallbeispielen übten und besprachen wir dann das Gelernte. Auch die stabile Seitenlage wurde geübt; so war die Turnhalle dann auch am Ende sauber gewischt.



Nach einer weiteren Schwimmereinheit und Znacht fuhren wir dann an den Doubs, um von dort zu einem schönen Wasserfall, äh –fällchen zu laufen. Der Excitement-Faktor war ob des Rinnsals etwas begrenzt, aber einige standen dann doch unter den Wasserfall, denn der Ort hat irgendwie etwas Magisches an sich. Zurück im Sportzentrum waren dann die meisten bettreif und es wurde schnell still.

Am nächsten Morgen wurde schon wieder gepackt und dann nochmal im Wasser trainiert. Wir schwammen alle Disziplinen der JRM durch, und das meiste funktionierte gut. Damit war das Weekend optimal für die Vorbereitung auf die JRM am 11. Juni, an der wir mit 5 Teams teilnehmen werden.



Nach dem Mittag kam dann der Abschluss-Überraschungsevent. Die Jüngeren konnten bis zuletzt einfach nicht rausfinden, was es war. Am Doubs angekommen zeigten aber bunte Bötli an, worum es ging: wir machten ein Kanufahrt auf dem Doubs von Clairebief nach Soubey. Die Begeisterung kannte keine Grenzen.

Bei schönstem Wetter fuhren wir so in 2er-Kanus den idyllischen Fluss hinunter, mal durch ruhiges Wasser, mal durch einige Stromschnellen. Gut, mal blieben einige stecken an flachen Stellen (einschliesslich mir, ähäm ... Aida war vermutlich zu schwer), andere untersuchten unfreiwillig die Botanik und das Gestrüb am Flussrand sehr genau..., so ein Kanu mit Stechpaddeln hat halt seine Tücken. Wer nicht von alleine nass wurde, der wurde nass gespritzt, oder versuchte Standup paddling zu machen, was durchaus auch mal schiefging (...platsch...). Aber in Soubey angekommen sprangen einige eh mit Klamotten ins 16°C kühle Nass...brrr,

Rettungsschwimmer kennen halt schon nüt. Die Tour war der krönende Abschluss eines schönen Wochenendes. Einige Eltern holten ihre pflotschigen Kids ab, der Rest fuhr müde, aber glücklich zurück nach Zürich, wo die Eltern schon warteten.



Ich möchte mich an dieser Stelle ganz herzlich bei den Teilnehmenden: Lily, Romy, Til, Pierre, Leo, Jack, Tim, Janika, Daniils, Leandro, Lenni, Loris, Karoline, Elina, Theodora, Steven, Lynn, Nino, Paul, Leon, Marla, Hanns, Max, Aida, Laura, Emilia, Yannik und Livia, und ganz besonders bei den Betreuern **Claudio, Jan** und **Lea** bedanken, ohne die ich dieses Weekend gar nicht hätte machen können.



Ein grosses Dankeschön auch an den Vorstand der Sektion, der unser Event wieder grosszügig unterstützt hat, sodass der Eigenkostenanteil für die Eltern im vertretbaren Rahmen bleibt.

Abschliessen gibt es nur noch eins zu sagen: **Nochmal!** Wir planen ganz sicher ein Trainingsweekend 2023.

Sportliche Grüsse Walter

Regionale Jugendmeisterschaften in Wädenswil

Am 11. Juni 2022 fanden die diesjährigen Jugend Regionalmeisterschaften von Zürich statt. Nach Jahren der Pandemie konnten diese Wettkämpfe endlich wieder stattfinden, und so fieberten auch wir diesem Tag, unserem Saisonhöhepunkt in Sachen Wettkampf, entgegen.

Mit 5 Jugendteams waren wir auch gleich die zweitgrösste Equipe. Nur Rapperswil-Jona stellte noch ein Team mehr als wir. Ich muss nicht erwähnen, wie stolz das Bild unserer grossen Mannschaft uns gemacht hat, und so war das Hellblau unserer T-Shirts und Badekappen auch eine vorherrschende Farbe im Schwimmbad. Schön auch, dass die Eltern endlich mal dabei sein konnten, und so ihre Kids in Aktion sehen und die Atmosphäre eines Rettungsschwimmwettkampfes aufsaugen konnten. Kurz: es wurde sehr laut in der Halle, denn wie schon bei der JSM letztes Jahr wurde einander angefeuert, was die Stimmbänder hergaben. Es ist schwer zu beschreiben, wie cool das war.

Bevor es richtig losging, wurde mit Jan erstmal richtig eingeschwommen, und ich hatte schon befürchtet, dass der eine oder andere danach bereits k.o. gewesen wäre. Es ging aber ziemlich gut los.

1. Disziplin – Transportschwimmen: Da wurde schon richtig gefightet, und unsere Jungs der Kategorie 1 legten mal einen ersten Sieg hin. Schnell wurde auch klar, dass die Kampfrichter sehr aufmerksam waren, und uns grosszügig mit Strafsekunden bedachten. So mussten unsere Mädchen der Kategorie 2 direkt mal 10 Strafsekunden verdauen, die sie sofort zurückwarfen. Und so ging es bei der Gurtretterstafette munter weiter. Jungs (Kat 1) und Mädchen (Kat 2) sammelten weiter Strafsekunden, für Vergehen, die selbst uns drei erfahrenen Trainern am Ende verborgen blieben.

Wer aber dachte, dass sich die Kids dadurch verunsichern liessen, der sah sich getäuscht. Die Jungs (Kat 1) wurden wieder 1. trotz der Strafsekunden, die Mädchen (Kat 2) immerhin Zweite und dabei kamen ihre besten Disziplinen ja noch.

Und was machten unsere drei Jugendteams (Kat 3)? Die schlugen sich wacker und ohne Strafsekunden. Bemerkenswert der 2. Platz im Gurtretter des Jugendteam 1 und der 4. Platz des Jugendteams 2 mit den mit Abstand jüngsten Teilnehmern in unserem Team. Chapeau!

In der Tauchtellerstafette mussten die Kids einen Fehler von mir ausbügeln. Ich hatte die Disziplin falsch verstanden, und wir hatten sie mit Flossen geübt. Geschwommen

wurde aber ohne Flossen, aber gestandene Rettungsschwimmerkids lassen sich durch so etwas nicht aus der Bahn werfen. Die Jungs (Kat. 1) wurden wieder Erste, die Mädchen (Kat. 2) wieder Zweite und die Jugendteams 3, 10. und 12. Abschliessend kam die kombinierte Flossenstafette. Die Jungs (Kat 1) dachten sich wohl, wir machen es wenn schon, dann richtig, und gewannen wieder. Die Mädchen (Kat. 2) liessen sich da nicht lumpen und taten es gleich. Und auch das Jugendteam 1 holte sich den 2. Platz, Platz 9 und 10 gingen an die Jugendteams 2 und 3.

Als Schlussresultat feierten wir dann den 1. Gesamtsieg der Jungs (Kat. 1) mit der Idealpunktzahl, einen 2. Gesamtrang der Mädchen (Kat. 2), mit nur einem fehlenden Pünktchen auf Platz 1, und einen weiteren 2. Gesamtrang des Jugendteams 1 (Kat. 3). Komplettiert wurde das tolle Ergebnis durch einen guten 8. Rang des Jugendteams 2 und einem 10. Schlussrang des Jugendteams 3. Der ganze Wettkampf war ein tolles gemeinschaftliches Erlebnis, bei dem auch 2 Schwimmerinnen hinzukamen, die leider nicht mitmachen konnten, aber ihre Freunde und Freundinnen unbedingt anfeuern wollten. Ich finde das grossartig und zeigt, wie toll das Team zusammensteht.



Zusammenfassung der Teamresultate:

1. Platz - Herren (Kat. 1 – 14 - 16 Jahre):

Til Kummer, Pierre Goulet, Jack McMahon, Daniil Kazancev, Leandro Serrano,

2. Platz - Damen (Kat. 2 – 14 - 16 Jahre):

Lily Hickel, Livia Stamopoulos, Marla Waldinger, Romy Hickel

2. Platz - Jugend 1 (Kat. 3 – 10 – 13 Jahre):

Lenni Frank, Loris Läderach, Max Schmidt, Hanns Glauner, Tim Meier.

8. Platz - Jugend 2 (Kat. 3):

Nino Loeliger, Leon Lemcke, Paul Stark, Yannik Mettler, Steven Albrecht

10. Platz - Jugend 3 (Kat. 3):

Aida Dörig, Janika Vollmer, Lynn Hürzeler, Elina d`Argenio

Vielen Dank auch an Claudio und Jan, die das Team betreut haben und an alle Eltern, für ihre Unterstützung.

Ich freue mich schon auf die nächsten Wettkämpfe mit euch.

Sportliche Grüsse Walter

Trainingsweekend Erwachsene in Filzbach

An Tagen wie diesen wünscht man sich Unendlichkeit! So zumindest ist es mir ergangen, denn so ein tolles Trainingsweekend hatte ich definitiv noch nie zuvor erlebt!

Für mich begann das Wochenende am 17. Juni mit einer lustigen Autofahrt im Selina-Claudio-Taxi und einem ausgezeichneten Abendessen im Hotelrestaurant Kerenzerberg in Filzbach. Dabei durften natürlich auch ein himmlisches Dessert und eine Runde Grappa zum Anstossen nicht fehlen.

Es war bereits spät, als wir uns in unsere Betten im neuen Hotelkomplex fallen liessen, wohlwissend, dass wir genügend Schlaf brauchen würden, um die harten Trainings der nächsten Tage zu überstehen.

Nach einer ruhigen Nacht und einem Frühstücksbuffet, das für jedermann etwas zu bieten hatte, ging es endlich los mit dem Spass: Claudio hatte ein so intensives Training zusammengestellt, dass wir auch gleich den Walensee der Länge nach hätten abschwimmen können. Langweilig wurde uns dabei auf jeden Fall nicht und wer am Ende noch nicht genügend geschwitzt hatte, setzte sich vor dem Mittagessen noch in den Whirlpool.

Da wir alle Lust auf noch mehr Schwimmen und ausserdem eine Abkühlung nötig hatten, planten wir beim Spaghettizmittag einen Ausflug zum Walensee, um diesen wenigstens der Breite nach tatsächlich zu überqueren. Wir fuhren also hinunter ins Tal, wobei wir fast gekocht wurden im heissen Auto. Leider waren sämtliche Seebäder so überfüllt, dass wir bereits vor den Parkplätzen kehrtmachen mussten und spontan entschieden, stattdessen im Talalpsee die so sehnlichst gewünschte Erfrischung zu suchen. Diese mussten wir uns zuerst mit einem kurzen Spaziergang bei brütender Hitze durch eine Kuhherde hindurch verdienen, um zu einem geeigneten Badeplatz zu gelangen. Dort angekommen ging es keine fünf Minuten mehr, bis wir alle unterwegs zur kleinen Insel in der Mitte des Sees waren. Begleitet wurden wir diesmal nur von Kaulquappen. Nach dieser Anstrengung mussten wir uns erst einmal mit Limoncello-Cake und Brownies stärken, bevor Aaron – in Badehosen! - und ich die Höhlen oberhalb des Sees erkunden konnten. Einen Drachen fanden wir leider nicht, wohl aber Madleinas verwunschenen Froschprinzen. Dieser blieb aber ungeküsst und wir mussten uns schon bald beeilen, um rechtzeitig zum Znacht wieder im Sportzentrum zu sein.



Bewegung hatten wir natürlich noch längst nicht genug. Deshalb übten wir uns noch zwei Stunden im Badminton und warfen einige Basketbälle ins Netz – oder auch nicht... Frisch geduscht trafen wir uns später zu einem Schlummertrunk auf der Hotelterrasse. Die meisten waren bald bettreif, aber zu viert spielten wir noch eine Runde «Wizard», wobei der Puls stieg und zählen nicht immer so ganz einfach war. Am Ende war Jan als Sieger zwar umstritten, wir konnten aber alle beruhigt schlafen gehen.

Am Sonntagmorgen mussten wir bei einer Partie Wasserball klären, ob der Hockeyclub Davos oder die Kloten Flyers nun die bessere Eishockeymannschaft ist. Natürlich gewann Team HCD. Anschliessend übten wir uns über eine Stunde im Puppenschwimmen, wobei dann leider auch der lange gefürchtete Unfall geschah. Andi beteuerte aber, dass es nicht so schlimm sei. Abgerundet wurde der Morgen mit einigen Flossensprints und so mussten wir uns alle mit ganz zerschundenen Füessen zum Mittagessen begeben.



So harmlos das Training gegenüber dem am Samstag auch schien, musste diesmal dennoch nicht nur der kleine Karl ein Mittagsschläfchen einlegen. So waren wir wenigstens wieder fit für die letzte Trainingseinheit. «Kill them all», so wurde mir gesagt, sei am Sonntagnachmittag IMMER das Motto. Das konnte ja nur super werden! Meine Erwartungen wurden auf jeden Fall übertroffen, als uns Claudio nach zehnmal 25 Metern und zehnmal 50 Metern verschiedenster Sprints und Kraftübungen noch dreimal 100 Meter Kraul gegeneinander schwimmen liess. Wem zu diesem Zeitpunkt noch nicht sämtliche Muskeln brannten, muss ein Übermensch sein! Nach dieser letzten Herausforderung hielt es niemand mehr lange im Whirlpool aus. Viel lieber holten wir uns zur Abkühlung eine Glacé. Diese genossen wir zum gemeinsamen Abschluss auf der Terrasse und da Keyvans Plan mit dem Besuch im House of Läderach leider aufgrund der zu hohen Kosten nicht möglich war, steuerte ich eben noch einige Stücke Bruchschokolade bei. Der Chef Training und der Cheftrainer hielten noch eine kurze Rede und dann mussten wir auch schon unsere Siebensachen packen und uns auf den Heimweg machen. Zum Glück fuhr das Selina-Claudio-Taxi auch zurück nach Zürich.

Eine Unendlichkeit dauerte unser Trainingsweekend leider nicht, aber im nächsten Juni findet ja bereits das nächste statt. Ich kehrte auf jeden Fall müde aber mit einer Menge schöner Erinnerungen nachhause zurück.



Herzlichen Dank an Keyvan und Claudio für die Organisation und allen für die wunderschöne Zeit, die wir gemeinsam verbracht haben! Ich freue mich schon auf das nächste Mal!

Lisa

Regionales Präventionsweekend SLRG Züri

Am 2. Juli 2022 feierten wir mit unserem Jugendteam den Abschluss der erfolgreichen Saison im Mythenquai. Da traf es sich sehr gut, dass an diesem Wochenende auch das Präventionsweekend Wassersicherheit der Region Zürich stattfand. Wir hatten uns dazu überlegt, an dem Tag eine Vorführung für die Badegäste zu organisieren mit abschliessendem Ausprobieren der Rettungsgeräte.

Die Organisation des Events verlief etwas harzig. Die Genehmigung des Sportamts dauerte, und die nachfolgende Absage des Strandbads Tiefenbrunnen war enttäuschend. Dafür war die erneute Anfrage im Strandbad Mythenquai erfolgreich. Ich möchte mich hier noch einmal ausdrücklich bei der Badleitung Hr. Burkhart und M. Fankhauser für die sehr freundliche und offene Unterstützung beim Organisieren des Events bedanken. Im Strandbad Mythenquai stand man unserem Anliegen und Idee sehr offen gegenüber und so wurde der Event ein voller Erfolg.

Wir trafen uns mit allerlei Material und 21 motivierten Rettungsschwimmkids kurz nach Mittag im Strandbad. Nach detailliertem Besprechen des Ablaufes gingen wir daran, die Generalprobe durchzuführen. Das Strandbad verfügt über einen Steg und einen Teil Strand, der ideal für unsere Vorführung war. Wie das häufig so ist, verlief die Generalprobe eher bescheiden. Einige Jungs aus dem Team zeigt etwas Schwierigkeiten im Hochhalten der Konzentration, und buddelten lieber im Matsch als sich mit ihrem geplanten Einsatz zu beschäftigen. Immerhin war das Wetter spitze, die Sonne lachte und so war das Bad gut gefüllt.



Nach Abtrocknen und einer kleinen Stärkung bereiteten wir uns dann auf den Event vor. Ich war recht nervös, und war froh, dass mit Sandra und Aaron noch zwei Betreuer dabei waren, die sich nicht aus der Ruhe bringen liessen. Auch Barbara, Yanniks Mutter, liess sich noch spontan für einen Einsatz anwerben. Toll auch, dass

mit Severin Nacht ein Vertreter der Region noch kam, um dem Event beizuwohnen. Das hat uns sehr gefreut.

Um 16 Uhr gings dann los. Der Steg füllte sich und wir begannen mit der Vorführung. Zunächst zeigten alle Kids nacheinander das Handhaben des Rettungsgurtes mit ansprechbaren und bewusstlosen Rettling (mit und ohne Flossen). Vielen Dank an Marla und Loris, die noch schauspielerisch gut vorzeigten, wie es aussieht, wenn jemand im Wasser in Schwierigkeiten gerät. Es gehört Mut dazu vor so vielen Zuschauern etwas vorzuspielen. Danach zeigten wir den Ballwurf mit Retten, sowie das Transportschwimmen. Jetzt klappte alles wie am Schnürchen und das Team war voll da. Abgerundet wurde die Vorführung dann mit dem Demonstrieren des Abschleppens mit und ohne Flossen. Dazu konnten wir Interessantes zum Thema Wasserrettung den Badegästen mitteilen, und auf die SLRG und die Möglichkeit sich brevetieren zu lassen, aufmerksam machen.



Abgeschlossen wurde die Vorführung mit dem Vorzeigen der Strecken der Wettkampfdisziplinen. Hier war das Team dann vollends im Element, und der Applaus, der zeigte, dass das Dargebotene die Zuschauer beeindruckte. Und so konnten wir stolz unter Applaus jeden Einzelnen unseres Teams nach der Demonstration vorstellen. Man konnte sehen, wie stolz einige der Kids dabei waren.

Vielen Dank an die Rettungsschwimmjugend, die eine klasse Demonstration gemacht haben:

Marla, Romy, Leandro, Daniil, Paul, Laura, Lynn, Emilia, Til, Pierre, Nino, Janika, Theodora, Emilia, Jack, Leon, Lily, Livia, Karoline, Loris und Yannik.

Nach der Vorführung öffneten wir drei Posten zum Ausprobieren des Rettungsgerätes. So konnten Kinder bei Barbara sich im Rettungsballwerfen versuchen. Wer ins Ziel traf, bekam dabei einen Schlüsselanhänger als Preis. Am zweiten Posten zogen Lily, Romy, Til, Leandro und Daniil Kinder mit dem Rettungsgurt eine Runde im See. Das war recht beliebt, und so kamen die 5 zu einem zusätzlichen Training. Aaron und ich zogen Kinder mit der Rettungsleine, was offensichtlich den Kids ebenfalls richtig Spass machte.



Danach wurde bei strahlend schönem Wetter noch geschwommen, geplansch, gespielt oder vom Turm gesprungen, während die mittlerweile dazugekommenen Eltern das BBQ vorbereiteten. Toll auch, dass unser Präsident Andi es sich nicht nehmen liess, noch vorbeizukommen.

Bei Bratwürstli, kühlem Getränk und guter Laune liessen wir den Abend und eine tolle Saison ausklingen. Vielen Dank, und es freut mich wirklich riesig, dass so viele Eltern und Geschwister(li) gekommen sind und mitfeierten. So war der ganze Event am Ende ein weiteres Highlight dieser Saison 2022.

Sportliche Grüsse Walter

Vereinsanlässe



**„DÄ SCHNÄLLSCHT RETTIGSSCHWÜMMER“
WIRD AN DER**

VEREINSMEISTERSCHAFT 2022



**IM HALLENBAD GLATTBRUGG GEKÜRT AM
04. NOVEMBER 2022
19:00 UHR**

ANMELDUNG NICHT NÖTIG, JEDER IST WILLKOMMEN


Ob Gross oder Klein
Der Samichlaus der SLRG Züri sucht alle heim



Restaurant Ziegelhütte
Hüttenkopfstrasse 70
8051 Zürich

7. Dezember 2022, 19:00 Uhr

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Anmeldung bis 30. November 2022  online auf www.slrgzueri.ch

Geschichten für den Samichlaus gerne an info@slrgzueri.ch



NEUJAHRSTREFF

im Restaurant Grünwald
Regensdorferstrasse 237
8049 Zürich

9. Januar 2023, 18:00 Uhr

ANMELDUNG ERFORDERLICH

www.gruenwald.ch (hier kannst du dich schon mal über die Anfahrtsmöglichkeiten und Speisen schlau machen). Der Bus Nr. 485 hält direkt vor dem Restaurant (Haltestelle Grünwald, immer noch Zone 10). Es sind genügend Parkplätze vorhanden. Eine Anmeldung ist erforderlich bis 15. Dezember 2022 an Ernst Pfulg ernst.pfulg@gmx.ch oder 044 341 48 52. Sicher werden wir wieder einen äusserst gemütlichen Abend geniessen.

Training

Wettkampftraining

Montag: 20:00 Uhr - 21:30 Uhr Hallenbad Oerlikon

Freitag: 20:00 Uhr - 21:30 Uhr Hallenbad Oerlikon

Im Sommer findet das Training sowohl montags als auch freitags von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr im Freibad Opfikon statt.

Anforderung an Trainingsteilnehmende: 500 m Crawl am Stück

Trainingsumfang: 2 bis 2.5 km

Sektionstraining

Freitag: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Hallenbad Opfikon / Glattbrugg

Anforderung an Trainingsteilnehmende: 25 m Crawl am Stück

Trainingsumfang: 1 bis 1.5 km

Jugendtraining

Dienstag: 18:00 Uhr – 19:00 Uhr Hallenbad Opfikon / Glattbrugg

Freitag: 19:00 Uhr – 20:00 Uhr Hallenbad Oerlikon

Anforderungen an Trainingsteilnehmende:

- Die Grundschwimmarten Crawl-, Rücken- und Brustschwimmen min. in der Grobform
- Kinder tauchen gerne und können ca. 10 m weit tauchen mit Abstossen von der Wand
- Kinder müssen sicher sein im Wasser; Wassersicherheitscheck bestanden

Aquafitness

Montag: 20:00 Uhr - 21:00 Uhr Hallenbad Altstetten

Gymnastik und Fitness

Ganzes Jahr ausser in den Schulferien

Dienstag: 20:00 Uhr – 21:00 Uhr Turnhaus Letten – obere Halle

Unkostenbeitrag CHF 5.-

Jahresprogramm 2022/2023

September

- | | | |
|-----|--|---------|
| 10. | Open Water Wettkampf | Yvonand |
| 12. | Altbergbummel (Knabenschiessen), 18:00 Uhr | Altberg |

Oktober

- | | | |
|-----|-------------------------------|-------|
| 29. | Regionale Jugendleitersitzung | offen |
|-----|-------------------------------|-------|

November

- | | | |
|-----|------------------------|----------------------|
| 04. | Vereinsmeisterschaften | Glattbrugg / Opfikon |
| 11. | Regionalversammlung | offen |
| 19. | Regionalwettkampf | Wädenswil |

Dezember

- | | | |
|----|------------------------|-----------------------------------|
| 7. | Chlausabend, 19:00 Uhr | Restaurant Ziegelhütte,
Zürich |
|----|------------------------|-----------------------------------|

Januar 2023

- | | | |
|-----|--------------------------|--------------------------------|
| 09. | Neujahrstreff, 18:00 Uhr | Restaurant Grünwald,
Zürich |
|-----|--------------------------|--------------------------------|

März

- | | | |
|-----|--|---|
| 10. | Vereinsversammlung Sektion Züri, ab 18:30 Uhr
Start Versammlung 19:00 Uhr | Restaurant Weisser Wind,
Oberdorfstr. 20, Zürich |
|-----|--|---|

VIP Adressen

Präsident	Andreas Nyffeler	praesident@slrgzueri.ch
Vizepräsidentin	Sandra Loeliger	vice@slrgzueri.ch
Kassier	Ueli Kräutli Wydackerstrasse 7 8152 Glattbrugg	kassier@slrgzueri.ch
Aktuar & TK Sekretär	Didi Rehm Sutziweg 2 7276 Davos	aktuar@slrgzueri.ch 076 303 11 29
Technische/r Leiter/in	Aaron Locher	tl@slrgzueri.ch
Materialverwalter & Technischer Beisitzer	Luciano Marchesi Saatlenstrasse 271 8050 Zürich	materialverwalter@slrgzueri.ch 044 321 74 31
Kommunikation	Selina Hartmann	kommunikation@slrgzueri.ch
Kurswesen	Sophie Elbe	kurswesen@slrgzueri.ch
Chef Training	Keyvan Tavakoli	cheftraining@slrgzueri.ch