

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 2
Das Wort des Präsidenten	Seite 3
Wettkampfberichte	Seite 4 –25
Berichte Trainingslager	Seite 26-28
SKL- News	Seite 31-38
Portrait	Seite 39-40
Klubrekorde	Seite 43-44
Terminkalender	Seite 45
Sponsoren	Seite 46
Adressen Vorstand und TrainerInnen	Seite 47
Impressum	Seite 48

LIEBE LESERINNEN / LIEBE LESER

Das zweite Halbjahr stand im Zeichen der Veränderungen. Wie in der letzten Ausgabe berichtet, haben wir einige Änderungen vorgenommen. Diese galt es nun umzusetzen.

Die neue Einteilung der Mannschaften ist, soweit ich unterrichtet bin, mit wenigen Ausnahmen gut angelaufen. Die Schwimmkurse, die wir erstmals nach neuen Richtlinien durchgeführt haben, waren sehr gut besucht und sind auch gut abgelaufen.

An dieser Stelle möchte ich denn Kursleiterinnen Marianne Schauner, Daniela Vetter, Sarah Stucki und Daniela Strahm, ganz herzlich für ihren grossen Einsatz danken.

Die Wettkampfberichte wurden zum grössten Teil von Stefan Baumgartner verfasst. Leider sind Beiträge von Schwimmerinnen und Schwimmern wieder sehr rar geworden.

Die Klubmeisterschaft von 18.11.2006 war ein voller Erfolg. Es waren wieder einmal eine grosse Anzahl TeilnehmerInnen am Start und beim Pasta-Plausch im Hotel Hirschen in Langnau fanden sich ca. 160 Personen ein.

Hedi und Urs Weyermann und ihrem Team möchte ich ganz herzlich danken, dass sie es uns ermöglichen, einen solchen Anlass durchzuführen!

Die Berichte zu den verschiedenen Wettkämpfen findet ihr auf den folgenden Seiten.

Viel Spass beim Lesen.

Peter Burkhalter

DAS WORT DES PRÄSIDENTEN

Grusswort des Präsidenten.

In dieser Ausgabe möchte ich es nicht unterlassen, all den treuen Leser/innen welche unser SKL-Info hat, zu danken. Es ist immer schön zu sehen, dass das Infoblatt seine Anhängerschaft hat.

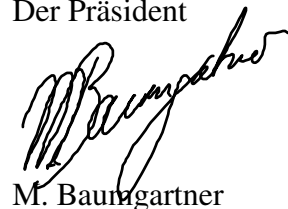
Wiederum verging die Zeit wie im Fluge. Schon wieder ist es Zeit, auf ein Jahr zurückzuschauen und sich hoffentlich auf ein neues zu freuen.

Im vergangenen Jahr gab es sicherlich beim einen oder anderen diverse Veränderungen. Und auch, wenn sie vielleicht nicht immer positiv waren, hoffe ich, dass doch eine positive Grundstimmung als Erinnerung übrig bleibt. Es ist einfacher, sich eine Zukunft vorzustellen und zu planen, wenn man dies nicht mit negativen Vorzeichen tun muss.

Den Schwimmerinnen und Schwimmern möchte ich für die kürzlich begonnene, noch junge Saison, alles Gute und viel Erfolg wünschen.

Nun verbleibe ich mit sportlichen Grüßen und wünsche allen ein gutes 2007.

Mit sportlichen Grüßen
Der Präsident



M. Baumgartner

SCHWEIZERISCHES NACHWUCHSKRITERIUM 13. – 16.07.2006 SCHAFFHAUSEN

Vom 13.–16. Juli 2006 nahmen Romy, Corinne, Melanie und Stefanie an den „Jugendschweizermeisterschaften“, dem Nachwuchskriterium, in Schaffhausen teil.

Neben Romy, welche als einzige Limitezeiten für Einzelrennen erfüllte und in diesen Rennen startete, kamen die drei anderen jeweils als Staffelschwimmer/innen zum Zuge.

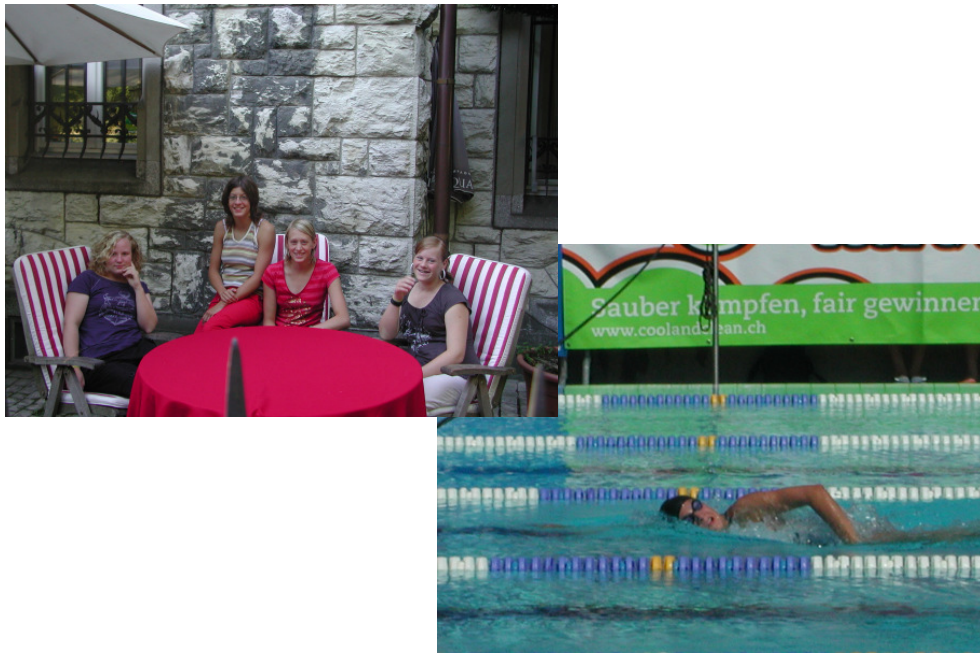
Durch die etwas intensivere Vorbereitung auf diesen Wettkampf (es wurde während den Sommerferien täglich ein bis zweimal trainiert) konnten sich die Schwimmerinnen auch gegenüber den Regionalen Meisterschaften (RZW) in der Leistung steigern. In den Staffeln verbesserten sie sich über 4 x 100m Kraul um drei Sekunden auf 4'54.22 (RZW 4'57.35) und bei der 4 x 100m Lagenstaffel um neun Sekunden auf 5'45.35 (RZW 5'54.70). Lediglich in der 4 x 200m waren sie um 4 Sekunden langsamer als an der Regionalmeisterschaft.

Trotz der Verbesserung der Zeiten muss man sich vor Augen halten, dass die Staffeln jeweils auf den hintersten Rängen der Rangliste zu finden waren. Meistens waren diese Vereine, welche knapp vor oder knapp hinter Langnau klassiert wurden, mit den 11- und 12-jährigen Schwimmerinnen angetreten.

SCHWEIZERISCHES NACHWUCHSKRITERIUM 13. - 16.07.2006 SCHAFFHAUSEN

Romy verbesserte ihre persönliche Bestzeit in den Rennen über 200m Kraul und 100m Brust. Über 100m Kraul kam sie gerade an ihre persönliche Bestzeit heran (PBZ). Dies ist zwar nicht schlecht, doch ärgerte sie sich über einen Patzer beim Start. In der Unterwasserphase begann Romy nämlich zu früh mit dem Armzug (ca. 40cm unter Wasser). Dadurch verlor sie bereits auf den ersten Metern jeglichen Schwung und vor allem den Anschluss an das Teilnehmerfeld.

Die genauen Resultate findet man auf der Internetseite des Schwimmverbandes (fsn.ch).



VIERTAMPFMEETING 20.08.2006 UETENDORF

Der erste Wettkampf der neuen Saison fand in Uetendorf statt. Mit dem Vierkampf, von jeder Lage 50m, ist das Programm der Klubmeisterschaft sehr ähnlich mit der Ausnahme, dass dieser Wettkampf auf der 50m Bahn stattfand.

Für den Schwimmklub Langnau starteten Melanie Lüthi und Gasser Corinne. Beim gut organisierten Wettkampf erreichten die zwei keine neuen Bestzeiten. Einerseits wurde der Trainingsbeginn auch erst kurz vorher aufgenommen, andererseits machte ihnen die Laune von Petrus Mühe. Wie eigentlich der Rest des Monats August, war es auch an diesem Tag grau in grau und mehrheitlich kühl und nass. Untenstehend der Auszug aus dem Online Resultate-Dienst des Schwimmverbandes.

10. Internationales Vierkampfmeeting 2006 Uetendorf
20. Aug 2006, Freibad Riedern (50m), Uetendorf, Switzerland

Teilnehmer: Informationen Home Page Last update: 28 Aug 2006, 11:43

Schwimmclub Langnau (LANG), Switzerland
Anzahl Resultate: 8

	Gold	Silber	Bronze
	0	0	0

Resultate

Gasser Corinne, 1991			
2	Direkte Endläufe	50m Delphin Damen	0:41.96 11.
4	Direkte Endläufe	50m Rücken Damen	0:42.73 8.
7	Direkte Endläufe	50m Brust Damen	0:42.44 6.
9	Direkte Endläufe	50m Freistil Damen	0:35.62 11.
Luethi Melanie, 1991			
2	Direkte Endläufe	50m Delphin Damen	0:37.17 8.
4	Direkte Endläufe	50m Rücken Damen	0:46.76 12.
7	Direkte Endläufe	50m Brust Damen	0:44.46 9.
9	Direkte Endläufe	50m Freistil Damen	0:33.50 8.

BERNER SPRINTNACHT
04. + 05.11.2006 BERN

An dem in den Medien (für die Sportart Schwimmen) gut präsentierte Wettkampf erfüllten Romy Brügger, Gasser Corinne und Lüthi Melanie die erforderlichen Limiten.

Leider zog sich Melanie kurz vor diesem Wettkampf eine Schnittverletzung am Daumen zu, und konnte so nicht an der Sprintnacht teilnehmen.

Corinne startete über 50m Brust und Romy über 50m Brust und 50m Kraul. In allen drei Starts gelang es den beiden jeweils neue persönliche Bestzeiten zu schwimmen. Ein Wettkampf also, mit 100% Erfolg.

Höhepunkte der Sprintnacht waren sicherlich die Auftritte von Flori Lang bei den Herren, Carla Stampfli und ihrer Trainingskollegin Christina Maccagnola aus Italien sowie die Bernerin Patrizia Humplik. Für den absoluten Höhepunkt sorgte aber die in Bern trainierende und für Bern startende Chantal Cavin. Sie unterbot den Weltrekord über 50m Freistil in der Kategorie der Blinden. Und das eigentlich in der Vorbereitungsphase, gut einen Monat vor der WM in Durban.

BERNER SPRINTNACHT
04. + 05.11.2006 BERN



Corinne und Romy an der Sprintnacht

Die Resultate:

Romy Brügger	91	50m Freistil	0:30.23	27. Rang
		50m Brust	0:39.34	16. Rang
Corinne Gasser	91	50m Brust	0:40.99	26. Rang

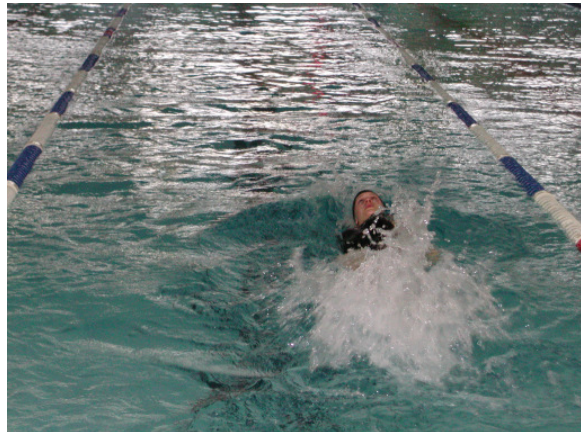
REGIONALE WINTERMEISTERSCHAFTEN
11. + 12.11.2006 ALLSCHWIL

An der Regionalen Hallenmeisterschaft starteten für den Schwimmklub Langnau Corinne Gasser, Stefanie Freiburghaus und Romy Brügger. Fehlend war immer noch Melanie Lüthi welche verletzungsbedingt nicht am Wettkampf teilnehmen konnte.

Stefanie bestritt die Rennen über 100m und 50m Kraul, wo sie in beiden Rennen pers. Bestzeit erreichen konnte. Leider wird die neue Zeit über 50m Kraul nicht anerkannt, da sie einen „Frühstart“ machte und damit disqualifiziert wurde.

Corinne erreichte neue pers. Bestzeit in den Rennen 100m Rücken, 100m Kraul und 100m Lagen. Lediglich in den Brustrennen kam sie nicht an die Bestzeiten heran. Im 100m Rücken gelang ihr die grösste Verbesserung (4 Sekunden).

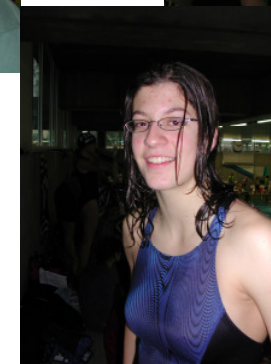
Romy konnte sich über 100m Lagen eine neue pers. Bestzeit zulegen, in den Rennen 200m Brust und 100m Brust kam sie an die Bestzeiten heran.



REGIONALE WINTERMEISTERSCHAFTEN
11. + 12.11.2006 ALLSCHWIL

Die Resultate:

Romy Brügger	91	100m Brust	1:26.22	
		200m Brust	3:06.60	
		100m Vierlagen	1:17.27	PB
Stefanie Freiburghaus	92	100m Freistil	1:15.18	PB
Corinne Gasser	91	100m Freistil	1:15.56	PB
		100m Rücken	1:25.69	PB
		100m Brust	1:31.21	
		200m Brust	3:15.36	
		100m Vierlagen	1:24.91	PB



KLUBMEISTERSCHAFT
18.11.2006 LANGNAU

An der diesjährigen Klubmeisterschaft nahmen 42 Damen/Mädchen und 20 Herren/Knaben teil.

An der Siegerehrung, beim Pasta-Plausch im Hotel Hirschen, waren 160 Eltern, Verwandte, Bekannte und Wettkämpfer anwesend.



KLUBMEISTERSCHAFT
18.11.2006 LANGNAU

Bei der Kategorie 12 Jahre und jünger gewann bei den Mädchen den Dreikampf (50m Rücken, 50m Brust und 50m Freistil), Kaufmann Christina (94) mit 775 Punkten vor Giger Martina (94) mit 714 Punkten und Brügger Rita (95) mit 647 Punkten.



Rita, Martina und die Siegerin Christina

Total nahmen in dieser Kategorie 29 Mädchen teil. Die Jüngste war Sina Brügger mit Jahrgang 1999.

KLUBMEISTERSCHAFT
18.11.2006 LANGNAU

Bei den Knaben, 12 Jahre und jüngere, gewann ganz knapp mit nur 4 Punkten Vorsprung Inniger Stefan (94) mit 586 Punkten vor Kobel Lorenz (94) mit 582 Punkten und einem der Jüngsten, Jajakumar John (97), mit 152 Punkten.



Maran, Lorenz und der Sieger Stefan

Mit Jahrgang 1998 waren Mohanarangan Maran und Schenk Lukas die jüngsten Knaben an dieser Klubmeisterschaft. In dieser Kategorie nahmen leider nur 7 Knaben teil.

KLUBMEISTERSCHAFT
18.11.2006 LANGNAU



KLUBMEISTERSCHAFT
18.11.2006 LANGNAU

In der allgemeinen Kategorie wurde bei den Damen Brügger Romy (91) zum zweiten Mal in Folge Klubmeisterin mit 1801 Punkten vor Stucki Sarah (86) mit 1474 Punkten und Lüthi Melanie (91) mit 1433 Punkten.



Gruppenbild mit den drei Gewinnerinnen

Beim 50m Freistilrennen verpasste Romy Brügger mit der Zeit von 29.85 den Meetingrekord von Sarah Stucki nur gerade um sechs Hundertstelsekunden.

KLUBMEISTERSCHAFT
18.11.2006 LANGNAU

Bei den Herren gewann zum achten Mal in Folge Burkhalter Martin (84) mit 1815 Punkten vor Zaugg Philipp (82) mit 1539 Punkten und Piraj Besnik (74) mit 1405 Punkten.



Die Sieger bei den Herren und die geschlagene Konkurrenz

Auch Martin kam über 50m Freistil mit 26.83 nahe an den eigenen Meeting- und Klubrekord von 26.34 heran.

KLUBMEISTERSCHAFT
18.11.2006 LANGNAU



CHLOUSEMEETING
02.12.2006 HEIMBERG

An diesen Wettkampf konnten wir wieder einmal mit 7 Schwimmerinnen und einem Schwimmer an den Start gehen. Die Resultate waren gut, gab es doch einige persönliche Bestzeiten. Die grösste Verbesserung gelang Christina Kaufmann über 100m Freistil. Sie verbesserte ihre Zeit von 1:42.73 auf 1:25.84, super!

Die Bestzeiten:

Rita Brügger	95	100m Freistil	1:29.43
		100m Brust	1:50.87
Stefanie Freiburghaus	92	100m Freistil	1:14.38
		100m Delfin	1:36.20
Miriam Gasser	95	100m Brust	1:55.97
Christina Kaufmann	94	100m Freistil	1:25.84
Lorenz Kobel	94	100m Freistil	1:22.05
		200m Vierlagen	3:23.59
Melanie Lüthi	91	50m Rücken	0:41.83

Romy Brügger (91) gewann das 50m Freistilrennen in 30.31, über 50m Brust in 39.92 und 100m Brust mit der Zeit von 1:26.09 wurde sie Dritte. Corinne Gasser (91) schwamm über 200m Brust auf den 3. Rang mit der Zeit von 3:21.84

TRAININGSLAGER 29.09. - 08.10.2006 CALELLA

In den Herbstferien fand das dritte KBSV Lager in Calella/Spanien statt. Bei schönem Wetter trainierten 79 Schwimmer/innen aus 7 Vereinen des Kantons Bern gemeinsam im olympischen Schwimmerbecken (50m lang und 25m breit/10 Bahnen). Bunt gemischt wurden die Schwimmer/innen auf die 7 Trainer/innen aufgeteilt.

Den Schwimmklub Langnau haben an diesem Lager Melanie Lüthi und Kathrin Schäfer vertreten. Sie wurden dem Trainerduo Doris Lüthi und Corinne Mauron (beide Biel) zugeteilt und zogen dort ihre Bahnen hin und her.



Neben jeweils 2 Stunden Wassertraining am Morgen und 2 Stunden Wasserzeit am Nachmittag, kamen jeweils noch 30 Minuten Aufwärmgymnastik vor jedem Training und 45 Minuten Gymnastik und Lockerungsübungen nach dem Training dazu.

TRAININGSLAGER 29.09 - 08.10.2006 CALELLA

Meistens war nach dem Nachmittagstraining noch ein leichtes Joggen und/oder spielen am Strand angesagt. So kamen die Teilnehmer/innen des Lagers auf 6 bis 8 Stunden sportlicher Bewegung pro Tag. Einige Teilnehmer/innen, darunter auch Melanie, hatten am Anfang etwas Mühe mit diesem Rhythmus, gewöhnten sich aber nach den ersten Tagen daran.

Ein wichtiger Teil bei soviel körperlicher Belastung ist natürlich die Zeit der Erholung. Deshalb war Mitte der Woche der Ausflug nach Barcelona für viele eine willkommene „Zusatzerholung“.

An der berühmten Einkaufsstrasse Ramblas wurden wir „ausgesetzt“ und fünf Stunden später, nach „Powershopping“ und Sehenswürdigkeiten anschauen, wieder eingesammelt.

Dank der grossen Disziplin der Jugendlichen (sowie im Training als auch neben dem Training) konnten wir dieses Lager mit Ausflug reibungslos durchführen.



Cool & clean

Die Preisverleihung hat im August 2006 stattgefunden. Der erste Preis ging an eine Pfadfindergruppe, welche die Jury am besten überzeugen konnte.

Delegiertenversammlung der RZW

Am gleichen Tag wie der Schwimmklub Langnau die Klubmeisterschaft durchführte, fand auch die Delegiertenversammlung des Regional-Schwimmverbandes Zentralschweiz West in Bern statt. Da unser Präsident an der Klubmeisterschaft teilnahm, hat niemand diese DV besucht.

Leider haben wir bis heute keine Informationen dieser DV erhalten und können sie deshalb nicht über die Neuerungen (die Limiten im Schwimmen waren ein Thema) informieren. Wir versuchen aber, dies in der nächsten Ausgabe nachzuholen.

Trainerausbildung

Daniela Strahm, Karin Schüpbach und Sarah Stucki haben im September 2006 in Magglingen ein Trainerseminar besucht. Durch den Besuch dieses „Moduls“ wird ihre Trainerlizenz sowie der J+S-Leiter verlängert.

Vielen Dank an die drei für ihren Einsatz für den Schwimmklub Langnau.

Schwimmkurse und Trainings der Mannschaften

Nach einer grösseren Umstellung der Mannschaften und der Neustrukturierung der Kinderschwimmkurse sind diese Ende Oktober angelaufen. Die Kinderschwimmkurse waren innerhalb zwei Wochen fast vollständig ausgebucht und in einigen Kursen mussten wir sogar Teilnehmer/innen zurückweisen.

Die Kurse sind gut abgelaufen und die meisten der Kursteilnehmer haben die Anforderungen erfüllen.

Hier ein grosses Dankeschön an die Kursleiterinnen Marianne Scheuner, Daniela Vetter, Sarah Stucki und Daniela Strahm.

Etwas mehr Anlaufzeit benötigten wir in den Mannschaften im Schwimmklub. Dadurch, dass nicht alle am Informationsabend (der Eltern) teilgenommen haben, hatten wir am Anfang der Schwimmsaison etwas Mühe, bis wir alle in den Mannschaften hatten, wie wir uns das vorgestellt hatten.

Die Schwimmsaison beginnt übrigens im Schwimmklub Langnau jeweils nach den Sommerferien und endet beim Beginn der Sommerferien (Ausnahme: TeilnehmerInnen an den Jugend-Schweizermeisterschaften oder Schweizer Meisterschaften, die jeweils in den Sommerferien stattfinden).

Das eigentliche Schwimmerjahr würde aber nach Verband am 1. Oktober beginnen und jeweils im August enden.

Nachfolgend nochmals die Trainingstage und die Trainingszeiten woraus ersichtlich ist, wer das wann Training hat:

Mannschaft 1

Trainingszeiten:

Montag: 19.00-20.30 Uhr

Mittwoch: 19.00-20.30 Uhr

Freitag: 18.30-20.00 Uhr

Samstag: 09.30-11.30 Uhr

Sonntag: 17.00-19.00 Uhr (Winter) 18.00-20.00 Uhr (Sommer)

Trainer:

Michael Kallenbach (079 643 00 08)

Stefan Baumgartner (079 225 13 35)

Mannschaft 2

Trainingszeiten:

Mittwoch: 17.30-19.00 Uhr

Freitag: 18.00-19.30 Uhr

Samstag: 09.30-11.30 Uhr

Sonntag: 17.00-19.00 Uhr (Winter) 18.00-20.00 Uhr (Sommer)

Trainer:

Michael Kallenbach (079 643 00 08)

Stefan Baumgartner (079 225 13 35)

Mannschaft 3

Trainingszeiten:

Montag: 18.00-19.00 Uhr Daniela Strahm

Freitag: 17.30-18.30 Uhr Karin Schüpbach

Samstag 09.15-10.15 Uhr Michael Kallenbach oder Stefan Baumgartner

Trainer/innen:

Daniela Strahm (078 824 40 94)

Karin Schüpbach (079 641 92 76)

Stefan Baumgartner (079 225 13 35)

Mannschaft 4

Trainingszeiten:

Montag: 17.30-18.30 Uhr

Mittwoch: 16.30-17.30 Uhr

Trainerin:

Sarah Stucki (079 747 65 28)

Mannschaft 5

Trainingszeit:

Donnerstag: 16.30-17.30 Uhr

Trainerin:

Aida Kloter (0079 501 28 16)

Mannschaft 6

Trainingszeit:

Montag: 17.00-18.00 Uhr

Trainerin:

Aida Kloter (079 501 28 16)

Es ist wichtig, dass die Schwimmer/innen in den jeweils eingeteilten Mannschaften trainieren, was bis heute jetzt eigentlich gut funktioniert. Die Mannschaftseinteilung entspricht den jeweiligen schwimmerischen Fähigkeiten. Dadurch macht es nicht Sinn, Kinder mit unterschiedlichen Fähigkeiten zusammen trainieren zu lassen. Die einen werden überfordert, die anderen jeweils unterfordert. Die Einteilung der Mannschaften ist ein laufender Prozess und wird in regelmässigen Abständen auch wieder durchgeführt. Das bedeutet, andere Mannschaft und eventuell andere Trainingstage und Trainingszeiten. Dies bedeutet weiter, wenn sich ein Schwimmer verbessert, wird dieser in die nächste Mannschaft eingeteilt werden, um ihn dort noch besser fördern zu können.

Um Wettkämpfe schwimmen zu können, müssen die Kinder und Jugendlichen nach heutigem Stand mindestens 3 Mal pro Woche trainieren. Mit zunehmendem Alter dann auch 4- 5 Trainingseinheiten pro Woche.

Durch die fehlende Zeit der Schwimmer/innen in der ersten und zweiten Mannschaft haben wir uns entschlossen, am Sonntag keine Trainingseinheiten mehr anzubieten (da hätten wir aber das ganze Bad für jeweils 2 Stunden gehabt). Die Trainingseinheit am Samstagmorgen wird für die erste und zweite Mannschaft mit der dritten Mannschaft zusammen durchgeführt (meistens kam Lorenz Kobel aus der Mannschaft 2).

Untenstehend noch eine Tabelle, welche die meisten Vereine jetzt so handhaben.

Tab. 1: Orientierungswerte zur Trainingshäufigkeit und -zeit

	Nachwuchstraining			HLT
	GLT	ABT	AST	
Kompositorische Sportarten, Schwimmen				
Trainingseinheiten pro Woche	3 - 8	5 - 9	6 - 11	8 - 12
Trainingsstunden pro Woche	6 - 18	12 - 21	14 - 24	18 - 27
Andere Sportarten				
Trainingseinheiten pro Woche	3 - 6	5 - 9	6 - 10	7 - 12
Trainingsstunden pro Woche	5 - 12	10 - 18	12 - 20	14 - 28

Daraus ist zu entnehmen, dass wir uns mit dem Schwimmklub Langnau mit 1-3 Trainingseinheiten pro Woche, im Grundlagen-training (GLT) befinden. Um ins Aufbautraining (ABT) zu gelangen, müssten wir eben die 4-5 Einheiten pro Woche Wasser plus zusätzliche Landtrainingseinheiten durchführen (können durch jeden selber durchgeführt werden wie Gymnastik und joggen).

Für das Anschlussstraining (AST) braucht man heute ein Lösung mit der Schule/Arbeitgeber, um überhaupt soviel trainieren zu können. Das AST ist für den Schwimmklub momentan nicht durchführbar. Das Hochleistungstraining (HLT) ist für den Schwimmklub momentan auch nicht durchführbar.

Unsere Stärken liegen momentan also im Bereich Kinderschwimmkurse, Grundlagentraining und Aufbautraining.

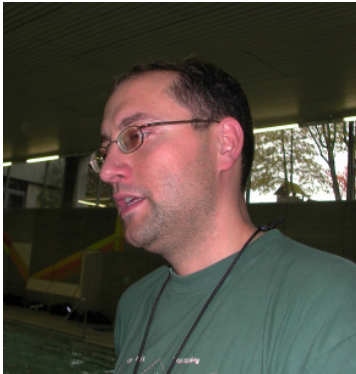


Diesen SKL-Schirm könnt ihr für Fr. 12.-- bei Peter Burkhalter kaufen.

PORTRAIT
MICHAEL KALLENBACH

Neues Gesicht im Schwimmklub Langnau

Wie bereits in der letzten Ausgabe angekündigt, hier näheres über Michael Kallenbach, dem neuen Trainer der 1. und 2. Mannschaft



Kallenbach Michael
26. April 1971

Stefan bat mich, einen kurzen Text zu meinen Zielen im Schwimmklub Langnau sowie zu meiner Person zu verfassen.

Gerne beginne ich mit letzterem. Schon als Jugendlicher bestritt ich Radrennen, wechselte aber, nach einem kurzen Abstecher zum Handball, mit 15 Jahren zum Schwimmsport. Nach der Handelsschule arbeitete ich jeweils in Teilzeitpensen zwischen 50%-80%. Nach sechs Jahren intensivem Schwimmtraining kam es im Schwimmverein Baar zu einem grossen Umbruch, wobei mir mitgeteilt wurde, dass ich nur noch in der Masters-Mannschaft weiterschwimmen könne. Mit 21 Jahren wollte ich noch nicht auf ein Training wöchentlich reduzieren und so trat ich anschliessend zum Triathlon über, wo ich ebenfalls recht viel trainierte. Oft wurde ich gefragt, ob ich denn durch die vielen Trainings nicht ein wenig meine Jugend verpasst hätte. Persönlich muss ich sagen, dass eigentlich das Gegenteil der Fall war.

PORTRAIT
MICHAEL KALLENBACH

Durch den Schwimmverein hatte ich viele gute Kollegen gewonnen, zu denen ich zum Teil heute noch Kontakt pflege. Die vielen Reisen haben mir einen, wenn zu dieser Zeit auch noch unbewussten, Einblick in andere Kulturen ermöglicht. Durch den Schwimmsport war ich beispielsweise in Frankreich, Ungarn, Deutschland, Südkorea sowie in den USA. Per Rad durfte ich dann noch Italien, Spanien und wiederum die USA erkunden. Dabei konnte ich neben den Sprachen auch einiges über die dort ansässigen Menschen sowie deren Lebensweise lernen.

Die Ausdauer, die ich mir im Sport über die Jahre hinweg angeeignet habe, ermutigte mich auch mit 30 Jahren noch ein Studium an der Pädagogischen Hochschule in Bern in Angriff zu nehmen. Wenn alles gut läuft, werde ich dieses nächstes Jahr abschliessen können.

Zu den Zielen, die ich verfolge, kann ich folgendes sagen: Wie Sie vielleicht wissen, habe ich die letzten Jahre im SK Bern mitgearbeitet. Diesen Aufwand (Budget von mehreren hunderttausend Franken, 2,5 Feststellen usw.), finanziell, zeitlich sowie organisatorisch, können nicht viele Klubs in der Schweiz leisten. Das ist klar. Für mich wäre es schon ein grosser Erfolg, wenn die SchwimmerInnen in Langnau regelmässig zwei bis fünf Mal wöchentlich ins Training kämen (abgestuft nach Alter). Auf einer solchen Basis wären schon ganz gute Verbesserungen möglich und die Langnauer SchwimmerInnen könnten so voraussichtlich die Limiten für die Regionalen Meisterschaften sowie sogar solche für das Schweizerische Nachwuchskriterium erfüllen. Ich freue mich jedenfalls auf die weitere Zusammenarbeit mit Kindern, Eltern und dem Vorstand

KLUBREKORDE DAMEN
25M BAHN

50m Freistil	29.52	Stucki Sarah	86	15.4.00	Allschwil
100m Freistil	1:03.91	Stucki Sarah	86	5.5.01	Neuenburg
200m Freistil	2:18.01	Blum Elisabeth	86	9.2.02	Neuenburg
400m Freistil	4:55.86	Blum Elisabeth	86	26.1.02	Langnau
800m Freistil	10:22.10	Blum Elisabeth	86	23.3.02	Allschwil
50m Rücken	34.01	Nesvadba Patricie	67	15.3.97	Nottwil
100m Rücken	1:14.2*	Chalupny Heidi	81	24.2.96	Langnau
200m Rücken	2:42.6*	Chalupny Heidi	81	24.2.96	Langnau
50m Brust	37.99	Tanner Esther	86	4.5.02	Neuenburg
100m Brust	1:21.14	Tanner Esther	86	4.5.02	Neuenburg
200m Brust	3:00.89	Tanner Esther	86	26.1.02	Langnau
50m Delfin	31.50	Blum Elisabeth	86	15.11.03	Allschwil
100m Delfin	1:10.82	Blum Elisabeth	86	4.5.02	Neuenburg
200m Delfin	2:40.76	Blum Elisabeth	86	9.2.02	Neuenburg
100m Vierlagen	1:14.47	Blum Elisabeth	86	2.11.02	Eschen
200m Vierlagen	2:36.71	Blum Elisabeth	86	15.3.03	Burgdorf
400m Vierlagen	5:35.73	Blum Elisabeth	86	15.3.03	Burgdorf

KLUBREKORDE HERREN
25M BAHN

50m Freistil	26.34	Burkhalter Martin	84	1.12.01	Langnau
100m Freistil	58.29	Burkhalter Martin	84	17.2.01	Langnau
200m Freistil	2:11.07	Burkhalter Martin	84	27.1.01	Langnau
400m Freistil	4:44.55	Burkhalter Martin	84	29.1.00	Langnau
800m Freistil	11:04.3*	Lauenstein Andreas	77	24.2.96	Langnau
1500m Freistil	22:09.42	Schmid Alex	70	11.11.89	Klubm. Langnau
50m Rücken	31.58	Piraj Besnik	74	28.4.01	Bern
100m Rücken	1:07.84	Burkhalter Martin	84	29.4.00	Bern
200m Rücken	2:29.33	Burkhalter Martin	84	29.1.00	Langnau
50m Brust	33.85	Burkhalter Martin	84	1.12.01	Langnau
100m Brust	1:19.44	Lauber Marcel	86	5.5.01	Neuenburg
200m Brust	2:53.50	Lauber Marcel	86	26.1.02	Langnau
50m Delfin	28.4*	Flückiger Adrian	78	13.12.97	Klubm. Langnau
100m Delfin	1:07.66	Burkhalter Martin	84	17.2.01	Langnau
200m Delfin	2:47.22	Burkhalter Martin	84	24.4.99	Bern
100m Vierlagen	1:08.51	Burkhalter Martin	84	8.11.03	Eschen
200m Vierlagen	2:27.53	Burkhalter Martin	84	27.1.01	Langnau
400m Vierlagen	5:40.6*	Burkhalter Martin	84	31.1.99	Langnau

TERMINE
SEPTEMBER 06 – JANUAR 07

FEBRUAR

Sa/So 24./25.	Meeting Intervilles	1. + 2. M	Biel
---------------	---------------------	-----------	------

MÄRZ

Sa/So 17./18.	Regionaler Jugendcup	1. + 2. M	Nottwil
Sa/So 24./25.	Hi-Point Meeting	1. M	Oerlikon

APRIL

Sa/So 28./29.	Bieler Nachwuchswettkämpfe	1. + 2. M	Biel
---------------	----------------------------	-----------	------

MAI

Sa/So 19./20.	Eichholz-Cup	1. + 2. M.	Gerlafingen
---------------	--------------	------------	-------------

JUNI

Sa 20.	Burgdorfer Schwimmcup	1. + 2. M	Burgdorf
Sa/So 23./24.	RZW Sommermeisterschaften	1. + 2. M.	??????

JULI

Do - So 12.-15.	Nachwuchskriterium	Limiten	Lancy
-----------------	--------------------	---------	-------

UNSERE SPONSOREN UND INSERENTEN

Hauptsponsoren

Valiant Bank, Bern und Langnau

FRAMA AG, Lauperswil

Inserenten

Fitnesszentrum Bodyline, Langnau	Schär Reisen, Langnau
Junker TV-Video-HiFi-Telecom, Langnau	Haag Optik, Langnau
Sanitär-Spenglerei Jürg Küni, Langnau	Hotel Hirschen, Langnau
Lauenstein AG, Langnau	Werren Werbung, Langnau
Bauhandwerk AG, Langnau	Rest. Hallenbad, Langnau
Wenger Schuhe + Sport, Langnau	Megert Tableaubau, Bärau
Beltec Belagstechnik AG, Langnau	Gravierservice K. Megert, Bärau
Atelier Aegerter, Langnau	Foto-Drogerie Bichsel, Langnau
Hans Tanner, Reparaturservice, Bärau	F. Tanner Druckerei, Langnau
Bigler Maler und Gipser AG, Langnau	Berger Metallbau AG, Langnau
Inniger Bedachungen, Langnau	Bättig, Malergeschäft, Trubschachen
Spenglerei Hans Fankhauser AG, Langnau	ProBon Fachgeschäfte

Wichtige	Adressen		
Präsident	Markus Baumgartner	Bäraugrundstrasse 49 3552 Bärau	P: 034/ 402 81 57 N: 079/ 652 37 43
Vize-Präsidentin	Marianne Scheuner	Napfstrasse 6 3550 Langnau	P: 034/ 402 49 82
Finanzen	Elisabeth Burkhalter	Kreuzstrasse 42 3550 Langnau	P: 034/ 402 38 55 G:034/ 408 35 52
Technische Leitung	Peter Burkhalter	Kreuzstrasse 42 3550 Langnau	P: 034/ 402 38 55 G:034/ 402 38 80
Protokoll	Karin Schüpbach	Alpenstrasse 15 3550 Langnau	P: 034/ 402 38 58 N: 079/ 641 92 76 G: 034/ 495 10 10
Beisitzer	Gallus Müller	Lützelflühstrasse 2 3415 Hasle-Rüegsau	P: 034/ 461 24 09
Beisitzerin	Susanne Bättig	Dorfstrasse 72 3555 Trubschachen	P: 034/ 495 59 20

Trainer 1. Mannschaft	Stefan Baumgartner	Bäraugrundstrasse 49 3552 Bärau	P: 034/ 402 81 55 G: 034/ 402 38 80 N: 079/ 225 13 35
Trainer 2. Mannschaft	Michael Kallenbach	Tscharnerstrasse 13 3007 Bern	P: N:079/ 643 00 08
Trainerin 3. Mannschaft Freitagstraining	Karin Schüpbach	Alpenstrasse 15 3550 Langnau	P: 034/ 402 38 58 N:079/ 641 92 76 G:034/ 495 10 10
Trainerin 3. Mannschaft Montagstraining	Daniela Strahm	Wohlhausenweg 1 D 3645 Gwatt	P: N: 078/ 824 40 94 G:
Trainerin 4. Mannschaft	Sarah Stucki	Rainsbergweg 8 3534 Signau	P: 034/ 497 21 24 N:
Trainerin 5. Mannschaft	Aida Kloter	Dorfstrasse 22 B 3550 Langnau	P: 034/ 402 89 49 G:
Trainerin 6. Mannschaft	Aida Kloter	Dorfstrasse 22 B 3550 Langnau	P: 034/ 402 89 49 N:079/ 501 28 16
J+S Coach	Peter Burkhalter	Kreuzstrasse 42 3550 Langnau	P: 034/ 402 38 55 G: 034/ 402 38 80 N: 079/ 735 34 20

Impressum

Impressum

Redaktion : Peter Burkhalter

Mitwirkende : Markus Baumgartner
Die Trainer
Alle SKL-Mitglieder

Druck : F. Tanner AG, Langnau

Auflage : 300 Exemplare

Redaktionsschluss Nr. 1/2007 : 25. Juni 2007