

Jahresbericht 2021 des leistungsbezogenen Gerätturnen weiblich

Gerätturnen

Auch in 2021 war das Turntraining stark durch Corona beeinträchtigt. Nach den Pfingstferien und somit erst nach einer ca. halbjährigen Unterbrechung konnte das Turntraining mit Einschränkungen wieder aufgenommen werden. Erfreulicherweise waren fast alle gleich wieder mit großem Trainingseifer dabei. Allerdings zeigte sich, dass der Rückgang der körperlichen Leistungsfähigkeit in der langen Zeit des „Zoom-Turnens“, d. h. der gemeinsamen Erwärmung sowie Stabilisierungs- und Kraft-Training zu Hause vor dem Bildschirm, ziemlich unterschiedlich ausgeprägt war. In den Sommerferien wurden deshalb dann Trainingsmöglichkeiten in sehr großem Umfang für alle Gruppen angeboten, so dass viele Turnerinnen ihren Trainingsrückstand wieder aufholen konnten. Da sich die Leistungen der Turnerinnen nun aber auch innerhalb eines Jahrgangs viel stärker als früher üblich unterscheiden, werden die Trainingsgruppen inzwischen nicht mehr wie bislang überwiegend jahrgangsbezogen, sondern leistungsbezogen gebildet.

Am 23.10.2021 haben wir einen eigenen Turn-Wettkampf in der Humboldt-Halle durchgeführt, um ein Trainingsziel zu setzen und den Trainingseifer aufrecht zu erhalten. In zwei Durchgängen zeigten insgesamt 45 Turnerinnen ihren Leistungsstand. Die Durchführung dieses TVK-Turnwettkampfs hat bei den Turnerinnen und deren Eltern viel positive Resonanz gefunden.

Jahnkampf

Viele der leistungsstärksten Turnerinnen sind auch im turnerischen Mehrkampf, speziell im Jahnkampf aktiv. Dabei sind im Jahn-Sechskampf im Turnen zwei Kür-Übungen an Stufenbarren und Boden, in der Leichtathletik Sprint und Kugelstoßen sowie im Wasserblock 50m- bzw. 100m-Schwimmen und zwei Sprünge im Wasserspringen zu zeigen. Im Erwachsenen-Bereich erfolgt eine Erweiterung auf neun Disziplinen (Jahn-Neunkampf); es kommen der Sprung über den Tisch, der Weitsprung sowie das 25m-Tauchen auf Zeit dazu.

Zehn qualifizierte Jahnkämpferinnen aus Konstanz durften bei den Deutschen Mehrkampf-Meisterschaften am 18./19.09.2021 in Eutin/Schleswig-Holstein ihren Leistungsstand zeigen. Trotz der eingeschränkten Trainingsbedingungen im letzten Jahr erreichten sie viele tolle Leistungen - auch einige neue Bestleistungen - und brachten vier Medaillen mit nach Konstanz. Caroline und Franziska feierten Gold und Silber in der Frauen-Hauptklasse, Sina Sch. sicherte sich mit zwei sehr gut gelungenen Wassersprüngen den dritten Platz der Altersklasse 14/15 Jahre und Linn gewann die Bronze-Medaille bei den 12-/13-Jährigen. Mit vier Medaillen sowie einer weiteren Platzierung unter den ersten Sechs war der TV Konstanz so erfolgreich wie noch nie. Und auch zehn Konstanzer Teilnehmerinnen bei den Deutschen Mehrkampf-Meisterschaften gab es noch nie. Wir freuen uns, dass nun eine so leistungsstarke Gruppe von

Jahnkämpferinnen entstanden ist.

Wasserspringen

Seit die Gruppe mit eigener Trainingszeit das Wasserspringen trainieren kann, nehmen auch einige der Mehrkämpferinnen an reinen Wassersprung-Wettkämpfen teil. Allerdings waren die Trainingsbedingungen auch in 2021 sehr schwierig - zusätzlich zum Corona-bedingten monatelangen Trainingsausfall. So nehmen die Mädchen in „normalen“ Zeiten mehrmals im Monat die lange Fahrt nach Zürich in Kauf, um dort bei sehr guten Bedingungen das Wasserspringen trainieren zu können.

Nach 21 Monaten Wettkampf-Pause konnten 7 Wasserspringerinnen ihren Leistungsstand bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften im Wasserspringen am 16./17.10.2021 in Freiburg zeigen. Leider durften die Nachwuchs-Springerinnen nicht teilnehmen. Vier Springerinnen erreichten in ihren Meisterschafts-Wettkämpfen mindestens 70% der DSV-Norm. Franziska war wiederum die beste Wasserspringerin aller Altersklassen aus Baden-Württemberg. Sie präsentierte erstmals einen Sprung mit einem Schwierigkeitsgrad von 2,7. Keine andere Springerin aus Baden-Württemberg hat bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften in den letzten zehn Jahren einen Sprung mit diesem oder einem höheren Schwierigkeitsgrad vom 1m- oder 3m-Brett gezeigt. Lediglich 13 Springer und Springerinnen aus Baden-Württemberg haben dieses Mal die Norm-Prozente für eine Landeskader-Nominierung geschafft, davon vier Springerinnen aus Konstanz. Der TV Konstanz gehört damit zu den drei erfolgreichsten Wassersprung-Vereinen in Baden-Württemberg. Sehr positiv fällt die tolle Athletik und das ausgeprägte Körpergefühl unserer Wasserspringerinnen auf. Dies ist natürlich das Ergebnis unseres "Landtrainings". Mit Landtraining ist das normale Turntraining der Wettkampf-Gruppe gemeint, mit dem hervorragende Voraussetzungen für das Wasserspringen geschaffen werden. Insgesamt 6 Wasserspringerinnen des TV Konstanz sind aktuell in den Landeskader Wasserspringen des Badischen Schwimm-Verbandes berufen. Dieser Kader-Status hatte den extrem positiven Aspekt, dass diese 6 Athletinnen während der ca. 6 Monate langen Lockdown-Phase im Winter 2020/21 und Frühjahr 2021 in der Humboldt-Halle ihr Wassersprung-Landtraining absolvieren durften und damit ihr Leistungsvermögen in diesen Monaten weiter steigern konnten. Da die Top-Wasserspringerinnen auch im Jahnkampf aktiv sind, wirkte sich diese intensive Trainingsphase auch sehr positiv auf die Leistungen bei den Deutschen Mehrkampf-Meisterschaften im letzten Herbst aus.

Wir freuen uns sehr, dass wir nun endlich im neuen Schwaketenbad mit deutlich umfangreicheren Trainingszeiten als bislang ein differenziertes Training mit drei lizenzierten Wassersprung-Trainerinnen anbieten und damit der großen Nachfrage nach Wassersprung-Training gerecht werden können.