SWIM TEAM BIEL - BIENNE

SCHWIMMEN
NATATION
SCHWIMMSCHULE
ECOLE
DE NATATION
WASSERBALL
WATER POLO

1/17

Member of swiss swimming

nurissa
L'ASSURANCE D'UNE PAUSE-CAFÉ DE QUALITÉ!
WIR BÜRGEN FÜR QUALITATIV HOCHSTEHENDE KAFFEEPAUSEN!
www.nurissa.ch
Machines à café
Kaffeemaschinen
Fontaines à eau
Wasserspender
Distributeurs de ravitaillement
Verpflegungsautomaten
nur ssa
FRANKE
Vendo

WERBUNG

SIE MACHEN DRUCK? WIR DRUCKEN ES!
Testen Sie uns!
rawy digital
rawy digital ag • cornouillerstr. 1 • postfach 4016
2500 biel 4 • fon 032 344 30 00 • rawy@rawy.ch

Meeting Intervilles und Bieler Nachwuchswettkämpfe

Die beiden von uns organisierten Wettkämpfe im Januar und April konnten wir wie gewohnt auf einem sehr hohen Niveau durchführen. Die Teilnehmerzahlen waren erfreulicherweise wieder um einiges höher als letztes Jahr. Das stimmt uns zuversichtlich für die Zukunft.
Das Feedback der offiziellen Schiedsrichter von Swiss Swimming und von vielen Trainern der teilnehmenden Vereine fiel auch dieses Jahr wieder sehr positiv aus. Den vielen Helfern möchte ich meinen Dank aussprechen. Ohne sie wäre dies alles nicht möglich.

Aufstieg in Nationalliga A

Unsere Herrenmannschaft hat mit einer sehr starken Teamleistung den Sieg in der Nationalliga B geholt. Bei einem Total von mehr als 16'000 Punkten betrug der Vorsprung auf die zweitplatzierte Mannschaft der Swimregio Solothurn nur gerade mal 44 Punkte. Gleichzeitig bedeutet dieser Sieg auch den Aufstieg in die Nationalliga A. Unsere Herren gehören damit wieder zu den besten 12 Mannschaften der Schweiz und sind zudem im Vergleich mit den anderen Mannschaften noch sehr jung. Gratulation an die Mannschaft und natürlich auch an Anni als verantwortliche Trainerin.
Die Damenmannschaft konnte sich aufgrund von einigen Rückzügen auch in der Nationalliga B versuchen. Zum Schluss hat es für die äusserst junge Mannschaft nicht für den Klassenerhalt gereicht. Die Leistungen der Mädchen stimmen aber auch äusserst positiv für die Zukunft. Von meiner Seite auch ein grosses Dankeschön an die vielen Supporter, die in Neuchâtel für eine grossartige Stimmung gesorgt haben.

Trainingslager Filzbach und Tenero

Das als Ersatzdestination gewählte Filzbach hat sich als sehr schöner Platz für ein Trainingslager unserer Nachwuchsschwimmer erwiesen. Schönes Wetter, sehr gute Infrastruktur und laut Berichten der Kinder sehr sehr gutes Essen, hat schlussendlich zu einem sehr schönen Erlebnis für die Kinder geführt. Auch hier ein grosses Dankeschön an die Trainer für die Betreuung vor Ort und die wieder einmal perfekte Organisation. Die Elite Mannschaft hat sich zur gleichen Zeit mit Anni in der Traglufthalle in Tenero auf die bald beginnende Aussensaison vorbereitet. Auch diese Schwimmer konnten von sommerlichem Wetter profitieren und fanden sehr gute Bedingungen vor.
Die ersten durchaus positiven Resultate konnten bereits an den Bieler Nachwuchsmeisterschaften bewundert werden.

Martin Hermann
Präsident Swim Team Biel-Bienne

SWIM TEAM BIEL - BIENNE

LEADING PARTNERS

geiger

erdgas

Sauser
SANITÄRE ANLAGEN

nurissa

DR. MED. DENT.
SACHA RYF
KIEFERORTHOPÄDIE
ORTHODONTIE
BIEL-BIENNE-SEELAND

Meeting Interville et BNW
Ces deux compétitions organisées par nos soins en janvier et en avril étaient d'un très haut niveau comme à l'accoutumée. Le nombre de participants était fort heureusement nettement plus élevé que l'an dernier. Ceci nous rend très confiants pour l'avenir. Le feedback des juges officiels de Swiss Swimming ainsi que d'un grand nombre d'entraîneurs des clubs participant aux compétitions a été, cette année encore, très positif. J'aimerais exprimer tous mes remerciements aux nombreux volontaires. Sans eux, tout ceci serait impossible.

Promotion en Ligue Nationale A
Notre équipe masculine a décroché la victoire en Ligue Nationale B avec une très impressionnante performance d'équipe. Avec un total de plus de 16'000 points, l'avance sur l'équipe de Swimregio Soleure, qui occupe le deuxième rang n'est que de 44 points.
En même temps cette victoire signifie la promotion en Ligue Nationale A. Nos hommes font désormais à nouveau partie des 12 meilleures équipes de Suisse et sont en outre encore très jeunes par rapport aux autres équipes.
Félicitation à l'équipe et bien évidemment aussi à Anni, en tant qu'entraîneur responsable.L'équipe féminine a pu tenter sa chance en Ligue Nationale B suite à quelques désistements. Finalement ça n'a pas suffi au maintien de cette équipe extrêmement jeune en Ligue Nationale B. Les performances des filles sont toutefois très réjouissantes pour le futur.
De mon côté je souhaite aussi vivement remercier les nombreux supporters, qui nous ont assuré une ambiance formidable.

Camps d'entraînement
à Filzbach et à Tenero
Filzbach, la destination de remplacement que nous avions choisie, s'est avéré être un très bel emplacement pour le camp d'entraînement de nos nageurs „espoir". Le beau temps, la très bonne infrastructure et, selon les rapports des enfants, les très très bons repas, ont fait de ce camp une très belle expérience pour les enfants
Un grand merci ici aussi aux entraîneurs pour leur encadrement sur place et pour la parfaite organisation.
En parallèle, l'équipe des élites, quant à elle, s'est préparée avec Anni à l'imminente saison d'extérieur dans la halle gonflable de Tenero. Ces nageurs ont aussi pu profiter d'un temps estival et ont rencontré de très bonnes conditions. Nous avons pu admirer les premiers résultats tout à fait positifs lors des compétitions de Bienne.

Martin Hermann
Président du Swim Team Biel-Bienne

Persönlich und in Ihrer Nähe.

Peter Steinegger, T 032 327 29 07, M 079 252 69 53,
peter.steinegger@mobiliar.ch

Generalagentur Biel
Daniel Tschannen

General-Dufour-Strasse 28
2500 Biel/Bienne
biel@mobiliar.ch

mobiliar.ch

die Mobiliar

1606G3A15GA

PALACE
LIFESTYLE RESTAURANT

Thomas-Wyttenbach-Strasse 2
2502 Biel/Bienne
Tel. 032 313 22 22
www.restaurantpalace.ch

Wir gratulieren…
2 bekannten Gesichtern zum Jubiläum

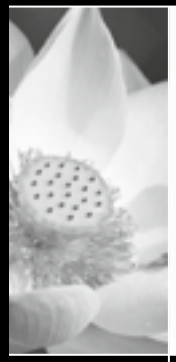
Doris Lüthi, Chefin Schwimmen STBB (52)
Werner Mäder, Ehrenpräsident STBB (50)

Die beiden Jubilare waren offensichtlich sehr gerührt. Sie wurde anlässlich der Bieler Nachwuchswettkämpfe gebührend verdankt. Das OK und alle Anwesenden gratulierten mit einem tosenden Applaus zur Freude den beiden Jubilaren.

Céline und Micha zur Hochzeit
Wir gratulieren von Herzen dem frischvermählten Ehepaar, Céline Lüthi und Micha Käser zur Hochzeit am 19. Mai 2017 im Standesamt in Biel.

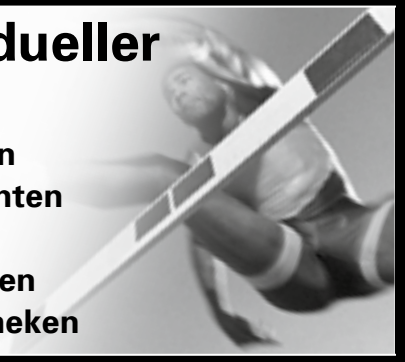
Zum runden Geburtstag…60 Jahre
Jeannette Bühler, Leiterin Schwimmschule "Swim School" des STBB

Sportlicher Erfolg…



dank individueller Beratung in

- Ernährungsfragen
- Sport-Supplementen
- Bandagen
- Massageprodukten
- Erste-Hilfe-Apotheken



GENO-Apotheken
Biel-Bienne
Lengnau

www.geno.ch

StadthauS Restaurant

das Bistro in Nidau
Hauptstrasse 18
2560 Nidau
Tel. 032 331 51 52

La Péniche RESTAURANT

das Seerestaurant in Nidau
Schlossstrasse 25
2560 Nidau
Tel. 032 331 30 26

l'arcade CAFE RESTAURANT BAR

das Tapas Restaurant in Biel
Zentralstrasse 44
2501 Biel

ROTONDE biel / bienne

der Treffpunkt in Biel
Bahnhofstrasse 11
2501 Biel

Anfangs der 70er Jahre des letzten Jahrhunderts - Werner war seit 1969 Technischer Leiter des Schwimmklubs Delphin Biel - begann das Training Fortschritte zu machen.
Krafttraining war angesagt. In der Turnhalle des Hallenbades wurde am Anfang 1x pro Woche trainiert und zwar zu der legendären „Wernermusik": Oldies, Schlager- bis Rockmusik. Zum Krafttraining wurden sowohl das eigene Körpergewicht wie auch Hanteln und Gummischläuche eingesetzt. Die Finanzen waren nicht rosig. Die Klubbeiträge sehr moderat. Werbeeinnahmen und Sponsoren gab es noch nicht. Werner fragte sich, was tun?
Werner hatte eine Idee. Als Sanitärinstallateur wusste er, dass viele WC-Ablaufrohre aus Blei und die Radiatoren, Hähne und andere Armaturen aus Messing waren. Also machte sich Werner kundig über Abbruchhäuser in der Region. In den Hochkonjunktur-Anfängen der siebziger Jahre, wurde viel abgerissen und neu gebaut. So kam Werner an diverse Rohre und Armaturen.

Das Messing sammelte er und verkaufte es der Firma Benoit als Altmetall. Vom Erlös wurden Gummischläuche angeschafft. Die Bleirohre wurden im damaligen Gaswerks geschmolzen. Aus den Formen für Bleihämmer wurden Kugelhanteln. Die Scheibenhanteln entstanden aus dem in Ringe gegossenes Blei. Das restliche Blei wurde in leere Konservendosen gefüllt und ergab so Gewichte zum Hochziehen. Schon die Römer sagten, als sie eine „Toilettensteuer" erhoben: „Geld stinkt nicht". Auch das Blei stank nicht mehr aber erfüllte seinen Zweck als Trainingsgerät.
Ich lernte Werner als Trainer im kleinen Bassin kennen, Seine Strafmassnahmen waren legendär. 10 Minuten Kraulbeinschlag, die Hände in der Überlaufrinne des kleinen Bassins, war eine oft vorkommende Aktion.
In Gstaad fand 1975 das erste Trainingslager statt. Das Essen wurde vom Palace Hotel geliefert. Damals kannte man exotisches Essen wie Reis mit Crevetten noch nicht. Zum Glück hatte Werner genügend Militärbisquits und Apfelmus in grossen Büchsen organisiert. Der Reis blieb liegen doch die trockenen Grüezli und das Apfelmus fanden reissenden Absatz. In den folgenden Jahren waren wir im Haus „le Mesnil" in Saanen untergebracht. Eines Tages erkundigte sich der Besitzer des Hauses wie es so gehe. Werner versprach dem Eigentümer,

dass unsere Schwimmer sehr brav seien und die Betreuer für Ordnung sorgten. Zum Glück kam Werner mit seinem Gesprächspartner nicht in den oberen Stock, denn dort flickte ein Trainer zusammen mit Schwimmern eine aus den Angeln gerissene Türe mit Holzspänen und Araldit. Aber sonst waren die Schwimmer in der Regel brav…(schmutzel…)
Nach dem „le Mesnil" wechselte der Schwimmklub ins heute noch benutzte Haus des Instituts „Le Roselet". Als die Schwimmer nicht so ruhig waren, gab es entweder Kartoffelschälen oder aber einen Nachtmarsch zum Flugplatz Saanen und zurück. Dumm nur, wenn man einen Schwimmer dabei hat, der viel mit den Eltern wandert und das Tempo von Werner ohne Probleme mithält und das Ganze nicht als Strafe sieht.
Als weitere Geldquelle sammelten wir in dieser Zeit Altpapier. Meistens am Mittwoch und Freitagabend wurde das Altpapier eingesammelt. Vielfach alte Kataloge von einem Reisebüro, die dann mit einem 3 Gang Velo und Anhänger an die Pestalozziallee gekarrt wurden und dort in einem Keller lagerten. 13 Tonnen Altpapier kamen so zusammen und gaben einen Zustupf in die Klubkasse. Also, auch „Kleinvieh" machte Mist.
Es ergab sich, dass wir nach einem Wettkampf von „Natation sportive Genève" das Studio in Genf vom welschen Radio und Fernsehen besuchen konnten. Der Wettkampf war am Samstagabend und am Sonntag fand der Besuch im Studio statt. Als Erstes wurde uns auf Französisch erklärt, dass keinesfalls eine Türe geöffnet werden darf über der eine rote Lampe leuchtete. Nun war nicht jeder der französischen Sprache mächtig und so kam es, dass unser Werner eine solche Türe öffnete, den Fehler bemerkte, rot anlief, sich entschuldigte und die Türe wieder schloss…
Wussten sie, dass die Lieblingsbadehosen von Werner vielfach grosse Blumenmuster enthielten, so richtig Hippie mässig.
Als es noch keine Computer, Spielkonsolen und Handys gab wurden die Wettkämpfe noch per Startkarten organisiert. Für jeden Schwimmer musste pro zu schwimmende Strecke eine Karte ausgefüllt werden - in Blockschrift. Wettkampfanmeldungen waren darum eine Angelegenheit, die vielfach am Sonntagnachmittag bei Werner zu Hause gemacht wurde. Ein paar Schwimmer trafen sich jeweils bei Werner nach dem Motto: „zuerst die Arbeit, dann das Vergnügen". Mit der Zeit wusste jeder, was zu tun ist. Die Startkarten wurden ausgefüllt und sortiert. Bei von uns (Werner) organisierten Wettkämpfen musste natürlich auch die Startliste erstellt werden. Nach einem bestimmten Reglement wurden die Startkarten geordnet, die Läufe mit Büroklammern zusammengestellt und die Rennen mit Gummibändern gebündelt. Jeder Schwimmer hatte pro Disziplin eine Startkarte, die beim Startordner nach Läufen geordnet in einer Karteikiste lagerten. Kam der Schwimmer beim Startordner vorbei erhielt er seine Karte und übergab sie dem Zeitnehmer. Nach dem Rennen schrieb der Zeitnehmer die Zeit auf die Karte und alle Startkarten kamen in die Auswertung. Die Zeiten mussten mit dem vom Zielrichter ermitteltem Zieleinlauf übereinstimmen, sonst wurde noch korrigiert. Danach wurde alles mit einer Schreibmaschine getippt und am Anfang mit Schnapsmatritzen - Ende

siebziger Jahre mit Wachsmatrizen - gedruckt. Die Schwimmer halfen die Ranglisten nach den Rennen rasch möglichst zusammenzustellen und den Teilnehmern zu verkaufen.
War die organisatorische Arbeit erledigt, kam Kaffee auf den Tisch und entweder wurde gejasst (Guggitaler, Schieber) oder Joker gespielt. Dazu gab es auch immer eine Verköstigung aus der Blechdose, die stets gut gefüllt war mit Köstlichkeiten aus dem Läckerlihuus. Uns war eigentlich nie langweilig, es gab immer etwas zu tun und beim Zusammensitzen entwickelten sich auch immer neue Ideen die im Klub umgesetzt wurden.

Bericht: von Hugo Liechti

Redaktion: Hugo war so freundlich uns diesen Bericht und paar Bilder zu senden und wir dachten, was für eine schöne Hômage an das 50. Jubiläum von Werner Mäder.

LOUIS IMHOF SA
Médailleur
Catalogues en ligne
www.imedaille.ch
2852 Courtételle
Vieux-Moulin 46 - Tél. 032 / 422 39 14
Fax: 032 / 422 03 88
E-Mail : imedaille@bluewin.ch

Médailles
Coupes
Challenges
Pin's
Croix de fête
Prix de sociétés
Autocollants
Porte-clefs
T-Shirts
Articles textile

Café Brésil
FAMILIE MAURER
BAHNHOFPLATZ 9, PLACE DE LA GARE - 2501 BIEL/BIENNE
TEL 032 322 33 11 - www.cafebresil.ch - FAX 032 322 74 63

Biel Bienne
Sport-Stadt! Ville sportive!

HIRT AG
Tel. 032 344 74 40 | info@hirtbau.ch | www.hirtbau.ch

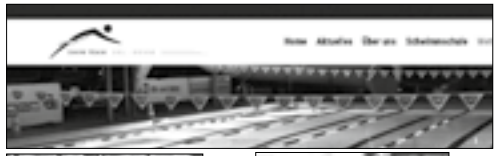
Ihr Bauprofi für:

- Tiefbau
- Strassenbau
- Flurwegebau
- Umgebungsarbeiten
- Natursteinmauern
- Sanierungen

Kalender @ STBB (02/17 – 05/17)

Datum/Date	Aktivität/Activités	Ort/Lieu
31.6. – 2.7.2017	**Bieler Braderie / La Braderie 2017** Unser Stand ist durchgehend von FR-SO geöffnet	**Bahnhofstrasse/ rue de la gare** (Bielerhof-Migros Kiosk)
9/2017	**STBB Klubmeisterschaften/ Championnat du Club** und nächste Bestellrunde für Klub-Outfit (HEAD) / prochain délais pour commande club outfit (HEAD)	**Magglingen/Macolin**
9/2017	**Elterninfo / Info aux parents** Chefin Schwimmen/Trainer laden ein zum jährlichen Elterninfo für die Gruppeneinteilungen. / La Cheffe Natation/ entraineurs invitent les parents pour l'info annuelle des groupes	Info folgt / à suivre

Aktuelle Berichte und Termine auf www.stbb.ch.
Folge uns auf



Finde alle STBB Wettkampfevents mit Resultaten der Kidsliga, BNW und Meeting Intervilles der letzten Jahre auf www.stbb.ch/Wettkämpfe. Aktuelle Aktivitäten und Fotogalerie in den auf Home/Top News.

Mit viel Engagement und Enthusiasmus kämpfen unsere Kids in Grenchen und Nottwil um Medaillen und schnelle Zeiten. Aber auch der Teamgeist war ein wichtiger Bestandteil der verschiedenen Wettkämpfe. Die in drei Runden aufgeteilt Vorrunde konnte mit beachtlichem Erfolg abgeschlossen werden.
Was die Trainer besonders gefreut hat, waren die vielen Top Resultate in den Staffeln. Dort kommt es nicht nur auf eine einzelne Person, sondern auf das ganze Team an.
Für den Kids Cup Final vom 6. Mai in Magglingen, konnten sich alle Kids, die mindestens an zwei Vorrunden teilgenommen haben, qualifizieren. Wir werden mit je einem Team in den Alterskategorien 10 Jahre, 9 Jahre und 8 Jahre und jünger teilnehmen.
Die Teams für den Final sehen wie folgt aus:

Team 2009 u. jünger	**Team 2008**	**Team 2007**
Olivia Grötzinger	Anna Bücheler	Leonie Niklaus
Dina Ahmetagic	Cyrille Cueni	Tiffany Jenni
Yara Gfeller	Eline Kämpfer	Mani Anker
Ayala Reis (Grütter)	Jenny Spielmann	Lian Lugingühl
Ueli Ledermann	Merlin Sutter	Che Rüfenacht
	Maxence Vallette	Flavio Straub
	Paul Weidner	

Mit 10 Vereinen und 140 Kindern war das Bad in Magglingen voll belegt und glich zeitweilen einem Hexenkessel. Da wurde angefeuert, geschrien, gelacht und geklatscht. Es war eine Freude zu sehen mit wie viel Engagement die Kids ihre Rennen absolvierten.
Leider gab es aber in den Brust- und Rückenrennen sehr viele Teams die wegen Wende- oder Stilfehler disqualifiziert werden mussten.
Unsere Jüngsten erledigten ihre Aufgaben sehr gut, mussten aber leider auch zweimal Disqualifiziert werden. Im 4x50m Kraul wegen Frühstart und im 4x25m Brust wegen unkorrektem Beinschlag. Mit Silber in der 4x25m Fun-Staffel (Olivia, Ueli, Yara, Dina) und der 4x50m Rücken Staffel (Olivia, Yara, Ueli, Ayala) konnten alle aus dem Team mind. eine Medaille in Empfang nehmen.
Die 9-jährigen machten alles richtig. Keine einzige Disqualifikation und dann noch schnell geschwommen. Mit Gold über 4x25m Delfin (Eline, Jenny, Cyrille, Maxence), Gold über 4x50m Brust (Paul, Merlin, Maxence, Cyrille), Silber über 4x50m Kraul (Jenny, Cyrille, Eline, Merlin) und zum Abschluss auch noch Silber in der Fun-Staffel (Paul, Anna, Jenny, Eline) war die Ausbeute beachtlich. Bravo, hat ihr toll gemacht.
Auch die Ältesten (10 Jahre) kamen fehlerfrei durchs Programm. Sie hatten aber mit den 10-jährigen aus Bern sehr starke Konkurrenz. Die goldene Auszeichnung erkämpften sie sich über 4x50m Kraul (Lian, Mani, Che, Flavio), dann gab es noch zweimal Silber über 4x50m Rücken (Flavio, Mani, Lian, Tiffany) und 4x50 Lagen mit Flavio (Rücken), Che (Brust), Tiffany (Delfin) und Lian (Kraul). In der Fun-Staffel belegten sie den 6. Rang (Mani, Tiffany, Che, Leonie)
Herzliche Gratulation allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu den guten Resultaten.
Die Kidsliga ist somit für diese Saison abgeschlossen und die jungen Sportler können dann schon bald ihr Fähigkeiten an den nächsten Wettkämpfen im Freien unter Beweis stellen.
Macht weiter so !!

Barbara, Corinne und Doris

Vereinsmeisterschaften Liga B, Neuenburg, 1./2. April 2017:
Die Männermannschaft STBB gewinnt die VM Liga B und steigt auf in die Liga A

Überraschend hatte die Elite Männer-Mannschaft des STBB den Aufstieg in die Liga B im letzten Jahr schon geschafft, es fehlten der jungen Mannschaft in 2016 lediglich 40 Punkte zum direkten Durchmarsch in die Liga A.
Eine noch grössere Überraschung verursachte die Frauenmannschaft, weil sie durch einen Rückzug plötzlich sehr unerwartet auch in die Liga B starten dürften.

Ich als Cheftrainerin fand es sehr angenehm, dass wir mit zwei jungen Mannschaften antreten konnten, wobei alle Teilnehmer täglich bei mir trainieren. Es gab bei uns diesmal keine ehemalige Schwimmer, die extra für die VM „eingeflogen" wurden. Das durchschnittsalter bei den Männern lag bei 17,5 Jahre, bei den Frauen sogar bei nur 13,5 jahre.
Die besondere Stimmung des Mannschaftswettbewerbs wussten die Männer gut zu nutzen, und schupften extra Kräfte durch die gemeinsame Motivation in die Liga A aufsteigen zu wollen. Die Unerfahrenheit der Mädchen und durch den Fakt, dass sie als letzte Mannschaft mit fast 2000 Punkte Rückstand auf die vorletztenMannschaft hineingerutscht sind, verhinderten den Verbleib in der Liga B, aber der Rückstand war am Ende nur noch 462 Punkte zum Verbleib.

Nach einem Kopf-an-Kopf Rennen über 28 Strecken mit Solothurn wussten die Männer mit 44 Punkte Vorsprung den Sieg nach Hause zu bringen, und der Aufstieg war perfekt!

Punktbeste Leistungen Männer:

Noah Hermann	200m F	680 Punkte
Noah Hermann	100m F	651 Punkte
Camille Rolli	200m F	629 Punkte
Noah Hermann	200m L	625 Punkte
Xavier Hehlen	200m B	623 Punkte
Jan-Marco Haldemann	1500m F	623 Punkte

Punkte 2015/16 Promotion:	15436	2. Rang
Punkte 2016 Liga B:	16118	4. Rang
Punkte 2017 Liga B:	16486	1. Rang

Punktbeste Leistungen Frauen:

Nina Imboden	200m R	633 Punkte
Nina Imboden	400m F	623 Punkte
Nina Imboden	200m F	622 Punkte
Nina Imboden	100m F	608 Punkte
Nina Imboden	100m R	601 Punkte
Nina Anker	100m F	530 Punkte
Svenja Handschin	100m B	530 Punkte

Punkte 2015/16 Promotion:	1936	10. Rang
Punkte 2016 Liga B:	12208	7. Rang
Punkte 2017 Liga B:	13309	12. Rang

Mannschaftswertung • Schweizerische Vereinsmeisterschaften

Männer.	**offono Klasso**	**Rogion**	**Nation**	**#**	**Pkt.**
1.	Swim Team Biel.Bienne	Zentraschweiz West	SUI	28	16'486
2.	Swim Regio Solothum	Zentralschweiz West	SUI	28	16'442
3.	Schwimmclub Uster Wallisellen	Zentra schweiz Ost	SUI	28	16'279
4.	Ummat Sharks Zuerich	Zentralschweiz-Ost	SUI	28	16'171
5.	Natation spOftive Geneve	Suisse Romande	SUI	28	16'082
6.	Red, Fish Neuchatei	Suisse Romande	SUI	28	15'935
7.	Swim Team Luceme	Zentralschweiz West	SUI	28	15'933
8.	SchwimmclubAarcfisch	Zentralschweiz West	SUI	28	15'785
9.	Schwimmclub Meilen	Zentra schweiz-Ost	SUI	28	15'357
10.	Schwimm.Klub Sem	Zentralschweiz West	SUI	28	15'139
11.	Schwimmclub Schaffhilusen	Ostschweiz	SUI	28	14'996
12.	Renens-Natation	Suisse Romande	SUI	28	13'815
Frauen.					
1.	Schwimmclub Uster Wallisellen	Zentra schwejz Qst	SUI	28	16'811
2.	Red, Fish Neuchatei	Suisse Romande	SUI	28	16'373
3.	Momreux-Natation	Suisse Romande	SUI	28	15'904
4.	Turrita Nuoto	Svizzera Italiana	SUI	28	15'273
5.	Schwimm-Klub Sem	Zentra schweiz West	SUI	28	15'272
6.	Geneve Natation 1885	Region Suisse Romande	SUI	28	15'091
7.	Nuoto Sport Locarno	Regione Svizzera Italiana	SUI	28	15'004
8.	Swim Team Luceme	Zentralschweiz West	SUI	28	14'889
9.	Startgemenschaft Berner Oberland	entralschweiz West	SUI	28	13'868
10.	Mendrisiotto-Nuoto	Svizzera Italiana	SUI	28	13'771
11.	Vevey.Natation	Suisse Romande	SUI	28	13'674
12.	Swim Team Biel.Bienne	Zentralschweiz West	SUI	28	13'309

Die Bilanz der 2017 Schweizermeisterschaften Langbahn für das Swim Team Biel-Bienne nach 4 intensiven Tagen in Genf: 39 Starts + 1 Staffel, 30 Bestzeiten, 2 A-Finals, 8 B-Finals.
Die 3 bestplatzierten Bieler Schwimmer:
• Nina Imboden über 200m R der 6. Platz
• der 8. Platz für Leo Luca Haldemann über 1500m F
• der 9. Platz für Ben Hermann über 50m R.
Danke an Cheftrainerin Anni Maas für die detaillierte Berichterstattung:

Donnerstag 23.03.2017 Vorläufe

Jan-Marco Haldemann 16J
400m F BZ: 4:24,58 40.
Zeit: 4:25,43 40.
Sein erster Start an diese Meisterschaften war alsob er noch nicht wirklich „da" war

Noah Hermann 18J
400m F BZ: 4:14,07 20.
Zeit: 4:13,17 BZ 16.
als 8. in das B-Finale
Durch eine sehr starken letzten 50m sicherte er den Einzug ins B-Finale mit 2/100
200m B BZ: 2.29,73 20.
Zeit: 2:31,64 24.
Er wollte wohl unbewusst nicht in noch ein Finale schwimmen :-)

Leo-Luca Haldemann 18J
400m F BZ: 4:16,80 22.
Zeit: 4:14,53 BZ 19.
Dem Leo habe ich die Trainingsinhalte etwas geändert, sodass er weniger km macht, etwas intensiver trainiert, aber mehr Erholung hat und den Kopf frei bekommt. Hat sich gelohnt!
200m B BZ: 2:32,90 26.
Zeit: 2:30,92 BZ 22.

Die 400m vorher haben sein Selbstvertrauen gestärkt, und endlich ist er unverkrampft mit einer sehr guten letzten 50m geschwommen.

Ben Hermann 16J
50m D BZ: 0:26,50 33.
Zeit: 0:26,34 BZ 32**.**
Ben trainiert mittlerweile etwas besser; gezielter. Technisch ist er besser geworden, und die 2. Hälfte der Rennen sind besser geworden.
100m R BZ: 1:02,85 23.
Zeit: 1:00,87 BZ 14.
als 6. in das B-Finale
Knapp 20 Min nach seinem 50m D rennen musste er die 100m R schwimmen, und Ben wollte in das B- Finale. Starke Bestzeit durch sehr guten letzten 50m.

Camille Rolli 23J
100m R BZ: 1:01,44 18.
Zeit: 1:01,44... 17.
durch eine Abmeldung als 8. ins B-Finale gerutscht
Zu verkrampft geschwommen, sonst wäre mehr drin gewesen

Nina Anker 14J
100m R BZ: 1:13,01 61.
Zeit: 1:13,34 56.
8. ins B-Finale
Nina hat einen grossen Trainingsrückstand durch eine langwierige Viruserkrankung, sie ist erst seit Ende Februar wieder voll einsatzfähig im Training. Dadurch geben die 0,3" über BZ ein guter Hinweis darauf, dass Nina wieder bald Bestzeiten schwimmt.

Nina Imboden 14J
100m R BZ: 1:07,29 14.
Zeit: 1:06,90 BZ 10.
als 2. in das B-Finale
Nina hat nach ihrem „Bade-Unfall" vor 2,5 Wochen, mit einer Verletzung an der Ferse die mit 10 Stiche genäht werden musste, nicht die Hoffnung und ihr Selbstvertrauen verloren, und sie hat es geschafft, die Limite für die EYOF zu schwimmen (1:07,15) trotz eines schlechten Starts, der sehr wahrscheinlich auf ein wenig Angst zurückzuführen ist dass die Naht aufplatzen könnte.

Xavier Hehlen 18J
200m B BZ: 2:29,65 19.
Zeit: 2:28,03 BZ 15.
als 7. in das B-Finale
Xavier hat diese Bestzeit hauptsächlich auf den ersten 100m erbracht; seine Technikumstellung macht ihm auf der langen Bahn ab 100m noch etwas zu schaffen, aber die ersten 100m waren tip top!

Donnerstag 23.03.2017 Finales

Noah Hermann
400m F B-Finale
Zeit: 4.10,71 BZ
14. insgesamt
Das erste Finale der Meisterschaft; das Startsignal war so leise, dass Noah es auf der Bahn 1 kaum gehört hat- 0,3 Sek Verlust beim Start. Das hat ihm aber nicht aus der Ruhe gebracht, er schwamm wie besprochen den ersten Teil schneller, auch um den Kontakt zu den anderen nicht zu verlieren, und konnte am Ende seine BZ nochmals um 2,5" verbessern, und 2 Plätze höher.

Ben Hermann
100m R B-Finale
Zeit: 1:00,20 BZ
10. insgesamt
Durch auf der ersten 50m eine Sekunde schneller anzugehen (28,20 Bieler Rekord..), inklusive eine 14,99m Tauchphase, schwamm er nochmals BZ, obwohl die 2. Hälfte jetzt deutlich langsamer was.

Camille Rolli
100m R B-Finale
Zeit 1:00,78 BZ
14. insgesamt
Heute Abend konnte Camille eine deutlich entspannter Schwimmstil bis fast zum Schluss beibehalten, und gewann auf den letzten 50m erheblich an Zeit gegenüber heute Morgen. Er nahte sich an seine schon sehr alten Bestzeit um nur 0,06" heran.

Nina Imboden
100m R B-Finale
Zeit: 1:06,81 BZ
11. insgesamt
Hiermit hat Nina sich endgültig für die EYOF und den Multinations- Wettkampf Jugend empfohlen, da sie jetzt die schnellste Schwimmerin bei den 14/15-jährigen Mädchen in der Schweiz ist!

Xavier Hehlen
200m B B-Finale
Zeit: 2:27,62 BZ
13. insgesamt
Um auf den letzten 100m nicht zu langsam zu werden, hat er den Auftrag bekommen, die FRQ ruhig zu halten, dadurch war er auf den ersten 100m etwas langsamer, aber konnte seine Technik bis zum schluss beibehalten, und war am Ende nochmals 0,4" schneller als seine am Morgen aufgestellten BZ.

Freitag 24.03.2017 Vorläufe

Noah Hermann
200m F BZ: 1:58,69 23.
Zeit: 1:57,34 BZ 20.
Auch über 200m kam Noah näher an die Top 16 der Schweiz heran. Zufrieden war er nicht über seinem Rennverlauf, da er auf den letzten 25m seine Arme noch kaum ziehen konnte.

Camille Rolli
200m F Jahres-BZ: 2:02,40 37.
Zeit: 2:02,86 47.
Konditionell und kräftemässig zu schwach für die 200m F, viel verloren auf der zweite Hälfte

Nina Imboden
200m F BZ: 2:19,40 52.
Zeit: 2:14,64 BZ 35.
Die alte BZ war schon von bevor Nina zu Biel gewechselt hat. Trotzdem hatten wir beide etwas mehr erwartet, aber unter den Umständen war die Leistung in ordnung

Ben Hermann
50m R BZ: 0:28,42 15.
Zeit: 0:28,01 BZ 11.
als 3. ins B-Finale Ben entwickelt sich immer mehr zu einem Sprinter...

Camille Rolli
50m R BZ: 0:28,50 17.
Zeit: 0:28,69 17./18.
und dadurch gab es einen Swim-Off um den ersten Reserveplatz... Da biss Cami sich hinein, schwamm Bestzeit UND gewann in 0:28,20!

Nina Anker
50m R BZ: 0:34,51 62.
Zeit: 0:33,49 BZ 47.
Eine Sekunde BZ! Das zeigt das Nina A nur noch konditionell besser werden muss um sehr gut zu werden.

Nina Imboden
50m R BZ: 0:33,58 47.
Zeit: 0:32,45 BZ 32.
Fast die gleiche Zeit wie beim Durchgang gestern in 100m R. Nina kommt eher von den langen Strecken, und muss mit ihre 14 Jahren das sprinten noch lernen... Ausserdem konnten wir durch ihre Verletzung in den letzten 3 Wochen kein Starttraining durchführen.

Jan-Marco Haldemann
200m D BZ: 2:19,35 34.
Zeit: 2:16,61 BZ 23.
Der zweiter Start von Jan-Marco zeigte dann auch wozu er in der Lage ist; 3" Bestzeit. Auch der Durchgang bei 100m war schon Bestzeit!

Leo-Luca Haldemann
200m D BZ: 2:18,07 28.
Zeit: 2:19,73 34.
Technisch teilweise (Überwasser) besser als vorher, nur der Druck unter Wasser geht ins „Nichts". FRQ auf der zweiten 100m zu niedrig.

Xavier Hehlen
100m B BZ: 1:08,94 23.
Zeit: 1:09,94 27.
Zu hoher FRQ auf der ersten 50m, viel zu nah an der Leine auf der zweiten 50m => Armzug zu schmall => Beinschlag zu schmall und nicht rund.

Freitag 24.03.2017 Finales

Ben Hermann
50m R B-Finale
Zeit: 0.27,77 BZ
9. insgesamt
Heute Morgen hatte er einen sehr langsamen Start (0.78), jetzt brachte er das in Ordnung mit einer Blockzeit von 0.55, was ihm genau die marge von 0.23 brachte um die Zeit vom Vormittag zu verbessern.

Samstag 25.03.2017 Vorläufe

Jan-Marco Haldemann
400m L BZ: 4.57,97 24.
Zeit: 4:52,24 BZ 19.
Eine solide Allroundleistung, ohne schwächen. Seine Schwachstelle Rücken hat Jan-Marco technisch verbessert und ist viel schneller geworden. Auf der letzten 100m Kraul ist er dann an seinem Mannschaftskamerad Xavier vorbei geschwommen.

Xavier Hehlen
400m L BZ: 4:56,70 22.
Zeit: 4:53,80 BZ 20.
Delphin und Rücken waren wie gewohnt sehr stark, nur auf seine Hauptlage Brust konnte er diesmal keinen grossen Vorteil heraus holen, und auf der Kraulstrecke viel er sehr stark zurück. Trotzdem Bestzeit.

Leo-Luca Haldemann

400m L	BZ: 4:45,07	12.
Zeit:	4:48,79	14.

als 6. ins B- Finale
Seine Rückenstrecke ist gegenüber letztes Jahr technisch und zeitlich schlechter geworden. Trotzdem hat es noch für das B-Finale gereicht.

Xavier Hehlen

50m B	BZ: 0:32,02	32.
Zeit:	0:31,70 BZ	23.

eine knappe halbe Stunde nach den 400m L schaffte Xavier eine neue Bestzeit über 50m B – obwohl die gewohnte Spritzigkeit beim Start fehlte.

Noah Hermann

100m F	BZ: 0:54,17	30.
Zeit:	0:53,79 BZ	28.

Neuer Bestzeit auch über 100m F

Ben Hermann

200m R	BZ: 2:23,62	29.
Zeit:	2:17, 47 BZ	18.

Sehr schnell angegangen, trotz starker Rückfall immer noch BZ mit 6 sek.

Camille Rolli

200m R	BZ: 2:12,80	11.
Zeit:	2:12,23 J-BZ	11.

souverän und selbstbestimmend geschwommen

Nina Anker

200m R	BZ: 2:36,09	46.
Zeit:	2:37,10	48.

Mit dem Trainingsrückstand war auf der längere Strecke nicht mehr zu erwarten.

Nina Imboden

200m R	BZ: 2:30,73	26.
Zeit.	2:23,80 BZ	7 .

als 7. ins A-Finale
Unter Limiete für die EYOF, super Bestzeit

Jan-Marco Haldemann

1500m F	BZ: 17:22,48	15.
Zeit:	17:23,83	17.

nach seine 400m L vor 1,5 Stunden nicht genug Energie aufgetankt um hier auch noch eine Bestzeit zu schwimmen.

Samstag 25.03.2017 Finales

Leo-Luca Haldemann

400m L	B-Finale
Zeit:	4:45.09

11. insgesamt
Nur 0,02 über Bestzeit; das heisst auch hier hat Leo seinem alten Rhytmus wieder gefunden. Schwachstelle ist immer noch das Rückenschwimmen.

1500m F	A-Finale
Zeit:	16:47,63

8. insgesamt
20 Minuten nach dem Finale 400m L musste er die 1500m schwimmen; ohne diese Vorbelastung wäre viel mehr drin gewesen, vielleicht noch ein oder zwei Plätze höher.

Camille Rolli

200m R	B-Finale
Zeit:	2:12,91

10. insgesamt
Im letzten Jahr schwamm Camille im Finale immer wesentlich langsamer als im Vorlauf, jetzt hatte er sich selbst mental viel besser im Griff und konnte zeigen was in ihm steckt.

Nina Imboden

200m R	A-Finale
Zeit:	2:24,02

6. insgesamt
nur 0,2 sekunden langsamer als im Vorlauf, dafür aber einen Platz höher, und sich nochmals als schnellste der 14-16 Jährige Rückenschwimmerinnen der Schweiz bestätigt.

Sonntag 26.03.2017 Vorläufe

Als Trainerin hatte ich das Gefühl heute Morgen, dass die Schwimmer mit der einen Stunde früher (Zeitumstellung) stark zu kämpfen hatten auf der ersten Strecke (200m L). Es gab keine Bestzeiten.

Xavier Hehlen

200m L	BZ: 2: 2:16,77	22.
Zeit:	2:18,57	28.

Noah Hermann

200m L	BZ: 2:15,58	19.
Zeit:	2:18,71	29.
50m F	BZ: 0:25,48	44.
Zeit:	0:25,34 BZ	37.

Später am Vormittag, kleiner Bestzeit für Noah

Leo-Luca Haldemann

200m L	BZ: 2:18,78	32.
Zeit:	2:19,08	31.

Nur knapp über Bestzeit

Ben Hermann

200m L	BZ: 2:17,86	28.
Zeit:	2:20,29	36.
100m D	BZ: 1:00,16	39.
Zeit:	1:01,74	54.

4 Tage Wettkampf mit 8 Strecken ist wohl doch zu viel für Ben. Er war heute weit von seinen Bestzeiten entfernt.

Camille Rolli

50m F	BZ: 0:25,29	35.
Zeit:	0:25,15 J-BZ	34.

Staffel 4x100m Lagen:

Camille Rolli	R	1:01,71
(nur 15 Min nach den 50m F)		
Xavier Hehlen	B	1:10,94
Ben Hermann	D	1:00,80
Noah Hermann	K	0:54,18
		4:07,63

9. Insgesamt

sutter + weidner

fassadenplanung gmbh - planification de façades sàrl
alleestrasse - rue de l'allée 11 2503 biel – bienne

www.sutter-weidner.ch

660 Wasserratten.

132 Sportarten.

Eine Bank.

ja gärn!

BEKB | BCBE

Für ds Läbe.

Für alle Ihre Reisen

z.B. Badeferien

racine
reisen voyages

Freiburgstrasse 34
· 032 323 73 33 · Biel

Tel. 032 322 39 74
www.despont.ch
info@despont.ch

Despont SA

Eisengasse 12, rue du Fer
2502 Biel-Bienne

- Installations sanitaires
- Ferblanterie
- Conseil et planification
- Réparations

- Sanitäre Anlagen
- Spenglerei
- Beratung und Planung
- Reparaturen

Trainingslager in Filzbach / Camp d'entrainement à Filzbach

9. – 17. 4. 2017
Wie jedes Jahr, werden die Teilnehmer vom Lager gebeten einen Eintrag im Tagebuch zu machen. Ich freue mich jedesmal auf die Berichte und die schönen Zeichnungen. Den Text korrigiere ich mit Absicht nicht. Ich finde, er darf gut so wiedergegeben werden wie die Kids ihn geschrieben haben.
Für uns Trainer war es ein sehr angenehmes und erfolgreiches Lager. Dank gutem Wetter, konnte viel im Freien gespielt und trainiert werden, was offensichtlich allen viel Spass bereitete. Ein grosses Merci an die Girls und Jungs der Gruppe Futura, sie organisierten den Abschlussabend. Auch Barbara, Corinne, Kevin und Céline vielen Dank für den unermüdlichen Einsatz, ohne ihr Engagement könnten wir ein solches Lager nicht durchführen. Ein riesiges Lob auch an das Team vom Sportzentrum Filzbach. Wir wurden hervorragend betreut und das Essen war hervorragend.

Doris Lüthi , Chefin Schwimmen STBB

Chaque année nous demandons à nos participants de laisser des petits commentaires pour le journal. Je me réjouis à chaque fois de découvrir ces textes et dessins. Je vous les transmets tels que je les ai reçus.
Pour les entraineurs le camp était un vrai succès et vécu dans une ambiance très agréable. Grace à la bonne météo nous avons fait beaucoup d'activités et d'entrainement à l'extérieur au plaisir de tout le monde. Un très grand merci aux filles et garçons du groupe Futura, qui ont organisé la soirée finale.
Un grand remerciement également à Barbara, Corinne, Kevin et Céline pour leur expertise et infatigable engagement au bon déroulement de ce camp. Sans votre engagement tous ceci ne serait pas possible.
Des immenses compliments au team du Sportzentrum Filzbach. Le service et les repas était toujours excellents.

9.April - Abfahrt Richtung Filzbach
Wir sassen im Car. Die Reise nach Filzbach war sehr lang. Wir kamen an, luden unser Gepäck aus und gingen hinein. Nach einer Ewigkeit konnten wir ins Zimmer.
Wir richteten alles ein und gingen essen. Es gab zuerst Suppe und Salat. Danach Reis und Geschnetzeltes. Mmmh! Entspannt gingen wir ins Zimmer. Es war Mittagspause. Am Nachmittag gingen wir das Gelände erkunden und schwimmen. Zum Abendessen gab es Spätzli, Bohnen und Fleisch. Jemand hat uns erzählt, dass es im Wasser Mineralien hat und das man dadurch besser schwimmen kann. Cool !
Cincy und Alyssa (die Unzertrennlichen :))

10. April
Nach einer ruhigen Nacht, klingelte der Wecker um 06:30 Uhr. Wir waren überrascht über das auswahlreiche Frühstück, es hatte alles Nötige dabei.
Nach einem etwas stressigen Umziehen, trafen wir uns in der Turnhalle. Es war sehr anstrengend, doch der Spass kam nicht zu kurz.
Mit müden Beinen liefen wir zum Hallenbad. Kevins Training sah für diesen Morgen sehr technisch aus. Nach vielen Kilometern genossen wir das Chillen im Whirlpool.
Es ging nicht lange und schon stärkten wir uns wieder mit einem Mittagessen.
Keine halbe Stunde später und schon standen wir wieder am Beckenrand. Das Training enthielt viele Sprints und war daher recht easy. Nach einer kurzen Dusche gingen alle Mädchen und Tim Beach-Volleyball spielen. Es war sehr lustig und am Schluss waren alle kaputt.
Wir freuten uns auf ein leckeres Abendessen. Ein cooler Tag neigte sich dem Ende zu.
I love STBB
Alicia und Olivia

11. April
Heute waren wir am Morgen in der Turnhalle. Danach ins Hallenbad, es war recht streng. Dann waren wir kaput und hatten hunger. Es gab Frülin-grollen und Reis. Es war sehr fein weil die Köche dort fast immer fein kochen.
Am fiertel ab zwei gingen wir wieder in die riesige Turnhalle, am Schluss spielten wir Rodeo auf der Matte. Che konnte 1 Minute auf der Matte bleiben. Wir gingen wieder ins Bad und diesmal war es nicht so streng wie am Morgen. Nachdem gingen wir draussen aufs Slackline.
Dann gingen wir rein und es gab das Abendessen. Es gab Schnizel, Zugeti mit Bratkartoffeln, das war leker!! Danach gingen wir raus Räuber und Polizei spielen, es waren sehr viele die mitspielten doch dann mussten wir um 8 Uhr wieder rein gehen. Wir lasen noch bis um 9 Uhr dann mussten wir das Licht ausschalten.
Che, Lian und Flavio

11. April
Heute hatte Corinne uns vergessen zu wecken. Also sind wir zu spät zum Frühstück gekommen. Als wir dann in die Turnhalle gingen, hatte es keine Mädchengarderobe.

Gegen Mittag gab es Mittagessen. Am Nachmittag sind wir wieder in die Turnhalle gegangen. Wir haben Medizinbälle genommen und eine dicke grosse Matte draufgelegt. Wir haben Rodeo gemacht. Barbara hat es vorgezeigt. Es sah lustig aus. Dann wollten alle Kinder das auch machen. Danach sind wir wieder ins Hallenbad gegangen. Am Schluss haben wir noch Tannenfangis gespielt.
Caroline, Emma und Tiffany

12. April
Heute haben wir wieder einmal die Turnhalle gehabt. Wir haben sehr strenge Übungen mit Corinne gemacht. Wir haben in der Turnhalle ein „Parkur" gemacht. Der Parkur bestand aus

Banksprinngen hoch und runter, Sprossenwand – Beine hochziehen, Schpringseilen, auf einer Matte Joggen und unterschiedliche Bälle prellen. Danach sind wir Schwimmen gegangen. Und wir wurden gefilmt. Am Abend gab es ein Pizzabüffet. Zum Dessert gab es Gebrannte-Creme. Dann gingen wir schlafen.
Emma, Tiffany und Caroline

13. April
Wir hatten heute wieder um 07:45 Uhr training. Es war ein Ausdauertraining mit der Hauptserie 1500m Crawl BZ 3-4.
Spagetthi Bolonése gab es zum Mittagessen.
Das Nachmittagstraining war „nur" 1 Std. 30 Min. lang. Es war ein Delfintraining. Nach dem Training sahen wir uns die Videos vom Tag vorher an. Dann gab es Nachtessen nämlich: Fleischbällchen. nach dem Nachtessen spielten wir mit den Kleinen „Rüuber und Bulle". Es

machte Spass. Wir mussten dann noch mit dem Rest der Gruppe Futura den „Buntenabend" vom Sontag planen. Bevor wir ins Zimmer gingen schauten wir noch ein wenig Hockeymatch.
Immo und Kiran

14. April
Heute hatten wir um 7.00 Uhr zmorgenessen danach von 8 – 10 Uhr Training wir mussten 13x300 schwimmen, es war nicht so streng und hat Spass gemacht.
Danach gingen wir Mittagessen es gab Fisch mit Polenta. Nach dem Essen hatten wir 30 Min. Mittagspause dann gingen wir ins Nachmitagstraining. Wir hatten von 2 – 15.30 Uhr schwimmen, nach einiger Zeit hingen wir (im Dojorau) Yoga mit Céline machen, es machte sehr Spass am Schluss durften wir den Kopfstand machen. Es war sehr lustig ein schöner Tag ging zu Ende.
Mara und Samira

15. April
Aujourd'hui nous nous sommes levé à 6h30 et nous sommes allés déjeumer à 7h00.
Nous sommes allés nager à 7h45 jusqu'à 10h00 et ensuite on est allé courir, d'était difficile car on a du faire 3 fois 400 Mètres et à chaque fois 20 pompes.
A midi nous avons mangés des penne al arabiata et ensuite on a nagé 1h30 et Kevin est parie. Ensuite on a joué 1h00 dans la salle de gym et on est allé mangé.
Raffaele

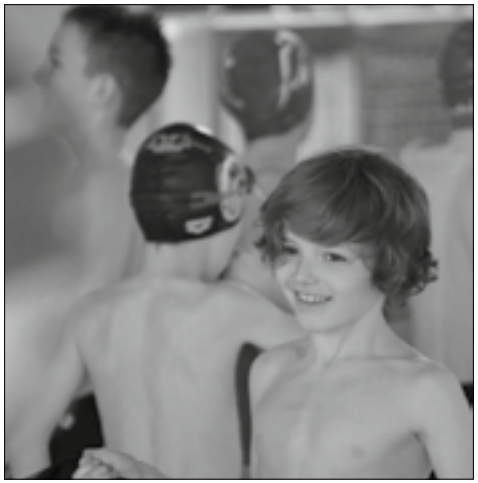
16. April
Heute ist Ostern, wir sind früe wach gewesen und wir müssen Kofer packen.
Das Morgenesen ist fein und gemütlich gewesen :). Um halb 10 müssen wir im Hallenbad

sein um viertel vor 10 haben wir training gehabt. Am abend haben wir das BontAbend !! Aber das verzelt dan Eline.
Das Trening war Lustgig und Streng. Nach dem Trening gab es Zmitag das Zmitag war sehr fein. Dan haben wir Mittagsruhe. Nach der Mittagsruhe haben wir Trening. Das Trening war halb streng.
Jenny

Der Bunte Abend
Der bunte Abend fing an und wir machten Gruppen. In der Gruppe von Barbara (Dreieck) war ich dabei. Die Gruppe von Céline hatte das Symbol Herz. Die Gruppe von Doris hatte das Viereck als Symbol und die Gruppe von Corinne den Kreis. Wir begannen mit Osternestli suchen. Das Nest unserer Gruppe war im Trockenraum versteckt, als wir es gefunden hatten, rannten wir so schnell als möglich zurück, so dass wir einen der erste drei Plätze erreichen konnten. Anschliessend begannen die Vorführungen: Es gab, Zaubertricks, Tanzdarbietungen, Akrobatik und Gesangsvorstellungen. Danach fuhren wir mit dem Spiel „Reise nach Jerusalem" weiter. Die Gruppen von Barbara musste gegen die Gruppe von Corinne antreten und die Gruppe von Doris gegen die von Céline, ein richtiges Lühti-Duell. Danach machten wir Spaghetti-Tanz mit Golfbällen. Das nächste Spiel war die Bottle-Flip-Challenge, das war ein moderner Kram. Die Leiter begriffen dieses Spiel nicht so ganz. Nach den Leitern durfte jeweils ein Kind aus den Gruppen dieses Spiel probieren. Die Gruppe von Céline konnte da aufholen. Zur Erfrischung bekamen wir Ice-Tea um ca. 22.10 Uhr musste alle Kinder mit Jahrgang 2006 und jünger ins Bett gehen. Es war ein toller bunter Abend.
Eline

17.4.
Wir alle gehen heute an die Olypiade. Zuerst waren alle in der Turnhalle. Wir spielten Ligretto, Klemerli Spiel und Mahter Spiel, Buchstabensipel. Danach gingen wir ins Hallenbad. Wir mussten gegeneinander antreten. Alle Gruppen waren gut.

Ostermontag Abreisetag
Am Ostermontag standen wir um 06.30 Uhr auf und hatten noch das restliche Gepäck im Koffer verstaut. Um 07.00 Uhr gab es anschliessend das Frühstück. Eine Stunde später mussten wir in der Turnhalle sein, in welcher der erste Teil des Wettkampfes stattfand.
Es gab insgesamt vier Gruppen: Die Gruppe von Immo, die Gruppe von Alicia, die Gruppe von Kiran und die Gruppe von mir.
Nach den Wettkämpfen in der Turnhalle, gab es noch einen Wettkampf im Hallenbad. Dieser bestand darin, dass jeder der Gruppe eine bestimmte Disziplin schwimmen musste.
Die Gruppe von Immo hatte den Wettkampf gewonnen, unsere wurde zweite und die anderen zwei Gruppe wurden punkgleich dritte.
Nachdem Mittagessen bekamen wir alle noch ein Eis von Doris spendiert.
Der Car fuhr etwas um 13.45 Uhr los und wir kamen ca. 16.15 Uhr in Biel an. Es war ein witziger Abschluss des Trainingslagers.
Jannis Kämpfer



ROMAN STALDER GmbH

MALEREI: RENOVATIONEN | UMBAUTEN | FASSADEN | DEKORATIVE TECHNIKEN
GIPSEREI: ISOLATIONEN | TROCKENBAU/LEICHTBAUSYSTEME | ALLG. GIPSERARBEITEN

KORRESPONDENZADRESSE:
BRÜNNMATTEN 20 | 2563 IPSACH
BÜRO-/WERKSTATTADRESSE:
SCHULGASSE 5 | 2560 NIDAU
TEL./FAX 032 331 97 40
INFO@MALEREI-STALDER.CH

www.malerei-stalder.ch
www.gipserei-stalder.ch

Mein Van. Der Vito.
Jetzt bei uns Probefahrt vereinbaren!

ZWEIGNIEDERLASSUN G AEGERTEN
Alte Bernstrasse 34 · 2558 Aegerten
www.merbagretail.ch/aegerten

MERBAGRETAIL.CH
MERCEDES-BENZ AUTOMOBIL AG
Mein Partner für Mercedes-Benz

TRAININGSLAGER ELITE IN LIGNANO

Eine gemischte Bilanz für das Trainingslager in Lignano, das der Elite- und NWK Equipe zur Vorbereitung für die SM Langbahn und die Vereinsmeisterschaften 2017 diente.
Zwischen hervorragenden Trainingsbedingungen im 50m Becken, etwas unbefriedigender Kost und Logie und einem sonnenreichen Ausflug nach Slovenien.
Hier der Bericht von Anni.

Die Hinfahrt mit dem Klubbus bzw. 3 Schwimmer mussten mit dem Zug anreisen, verlief planmässig. Etwas stressig für den Trainer, da ich nach 7 Stunden Fahrt und kleine Pause auch noch die 3 Zugfahrer vom Bahnhof (halbe Stunde entfernt) abholen musste.
Die Trainingsbedingungen auf der 50m Bahn waren wieder hervorragend. Ein neuer Kraftraum konnten wir auch gut ausnutzen.
Da die Qualität der Betten im Hotel und das Essen nicht leistungssportgerecht ist, würde ich dieser Ort aber nicht nochmal als Trainingslager-Ort anwählen. Der gleichen Meinung waren wohl auch andere Mannschaften; wir waren die einzigste Mannschaft vor Ort in den 10 Tagen.

Das Training war hart, als Vorbereitung auf die SM LB in Genf und auf die VM Liga B in Neuenburg eine Woche nach der SM. Die verschiedenen Tests verliefen sehr gut und auch die Videoanalyse zeigte noch die eine oder andere technische Verbesserungsmöglichkeit auf.
Unser Ausflug ging diesmal ins Ausland; Weltkulturerbe-Stad Ljubljana in Slovenien bei herrlichstem Sonnenschein.

Es haben teilgenommen: Nina Imboden, Tim Oberholzer, Ian Hermann,Jan-Marco Haldemann, Finn Anker, Ben Hermann, Noah Hermann, Leo-Luca Hermann, Xavier Hehlen, Camille Rolli

Anni Maas
Cheftrainerin STBB

TRAININGSLAGER DER ELITE/NWK IN TENERO

Das Trainingslager in Tenero geizte nicht mit spannenden Geschichten:
Unter der "Pelle" von Tenero ein Ausdauertraining absolvieren, einer Polysport-Olympiade mit den "wilden Kerlen" vs. "Hot Shots" und einer Biketour mit einem ehemaligen olympischen *Radrennfahrer.
Hier der Bericht unserer Cheftrainerin
Anni Maas:

Die Hinfahrt mit dem Zug war mit unseren Reservierung kein Problem; sie war komplett ausgebucht! Die Unterbringung in Tenero war sehr unglücklich, da 6 Mädchen die ersten 4 Nächten auf dem Campingplatz untergebracht werden mussten, die 20 Min zu Fuss von unseren Unterkunft im CST entfernt war.
Das Training in der Traglufthalle in Tenero war für die Mannschaft ungewohnt, da wir sonst immer nur das Bad als Freibad kannten. Die Trainingseinheiten waren am Anfang sehr früh um 07:00 angesetzt, die ich später in der Woche auf 09:00 umändern konnte.
Das Trainingslager war als Umfangslager

Schwimmtraining geplant für die SM/NSM, um nach den vielen Wettkämpfe wieder eine Ausdauerbasis hinein zu bekommen. Das Wetter in Tenero spielte fantastisch mit; ausser die 4 Stunden Schwimmtraining unter der „Pelle" konnten wir sämtliche Trockeneinheiten und Spiele draussen in der Sonne absolvieren.
Auf den freien Nachmittag beschlossen die Jungs unter fachlichen Leitung von Heinz Imboden, ehemalige olympische Radrennfahrer und Nina's Vater, mit Mountainbikes zur berühmten Brücke in der Valle Verzasca hoch zu fahren und ins eiskalte Wasser zu springen... Bis auf einige Abschürfungen war es einen sehr gelungenen Ausflug.

Am Ostersonntag gab es dann die begehrten Osterhasen, im Morgentraining „Vorqualifikation" -über eine Stunde lang so viele wie mögliche 200meter Lagen am Stück- für die am Nachmittag stattfindende. „Tenerolympiade" zwischen den Mannschaften „Die Wilde Kerle" und die „Hot Shots", über Beachvolleyball, Laufwasserball und besondere Schwimmstaffeln. Anschliessend durften die Jungs mit Feuer spielen und es wurde gegrillt am Lago Maggiore. Die Rückfahrt mit dem Zug am Ostermontag war etwas kompliziert, aber mit der Hilfe von freundlichen Zugbegleitern haben wir doch noch unsere reservierten Plätze im wieder voll ausgebuchten Sonderzug gefunden!

Die "Wilden Kerle" und "Hot Shots" vom STBB: Joelle Steck, Svenja Handschin, Nina Anker, Joana Reber, Elena Reber, Nina Imboden, Tim Oberholzer, Ian Hermann, Finn Anker, Jan-Marco Haldemann, Ben Hermann, Noah Hermann, Leo-Luca Haldemann, Xavier Hehlen

Anni Maas
Cheftrainerin STBB

*Ein Dank an Heinz Imboden für die fachliche Leitung der Mountainbike-Tour ins Verzascatal.

Swim Team Biel-Bienne
Postfach 1108 | 2501 Biel/Bienne | PC 25-84996-3
info@stbb.ch | www.stbb.ch | 032 345 11 65

Geschäftsleitung					
Ehrenpräsident	Werner Mäder	Mettstrasse 51	2503 Biel	032 365 06 29	w.maeder@stbb.ch
Präsident	Martin Hermann	Amselweg 12	2663 Ipsach	079 442 88 43	m.hermann@stbb.ch
Vizepräsident	Rony Gutjahr	Stockackerweg 32	2564 Bellmund	079 627 66 60	r.gutjahr@stbb.ch
Finanzen	Yvonne Zahno	Seestrasse 32a	2572 Sutz-Lattrigen	032 384 00 67	y.zahno@stbb.ch
Administration	Ruben Schreiber				r.schreiber@stbb.ch
Ressorts und erweiterte Geschäftsleitung					
Events	Kurt Meuter	Pentaweg 16	2552 Orpund	032 355 15 43	k.meuter@stbb.ch
Sponsoring / Marketing	Reto Kämpfer	Jakobstrasse 16	2504 Biel	032 3426342	r.kaempfer@stbb.ch
Technik	Elvis Kohler	Bielstrasse 19	2542 Pieterlen	078 898 03 66	e.kohler@stbb.ch
Chef Schwimmen J&S Coach	Doris Lüthi	Alpenweg 6	2552 Orpund	032 355 13 30	d.luethi@stbb.ch
Wasserball	Jean-Marc Villard	Bürenstrasse 26	2504 Biel	079 601 43 46	djeseven@gmx.ch
Geschäftsstelle	Kevin Bachmann	Seevorstandt 10	2502 Biel		info@stbb.ch
Kassiererin	Yvonne Zahno	Seestrasse 32a	2572 Sutz-Lattrigen	032 384 00 67	y.zahno@stbb.ch
Vereinsbekleidung	Claudia Hermann / Corinne Handschin				bekleidung@stbb.ch
Schwimmschule	Jeannette Bühler	Hauptstrasse 48	2553 Safnern	032 345 11 65	schwimmschule@stbb.ch
Elite / NWF Kader	Annelise Maas			076 799 00 59	a.maas@stbb.ch
Futura / Flippers	Kevin Bachmann Céline Lüthi			079 462 39 03 079 723 16 17	k.bachmann@stbb.ch celine.luethi@bluewin.ch
Turtles	Barbara Wicki			079 666 41 00	bwi999@bluewin.ch
Beluga / Varanus	Doris Lüthi Corinne Handschin			032 355 13 30 079 373 75 40	
Basic Advanced	Joy Zahnd			079 319 22 50	
Octopus + Master Basic	Michaela Lerch - Reithmeier			079 635 94 22	
Europe + Master Basic	Claudia Marti			079 339 65 67	
Alligator / Barracuda	Julia Würsten			079 938 76 93	
Masters	Werner Mäder			079 318 43 54	
Wasserball	Jean-Marc Villard			079 601 43 46	
Bulletin					
Redaktion	Sabine Gambuzza-Kocher	Alte Bielstrasse 5	2572 Mörigen	079 414 37 31	s.gambuzza@stbb.ch
Layout	Calitho AG	Cornouillerstrasse 1	2502 Biel	032 344 34 34	info@calitho.ch
Druck	Rawy Digital AG	Cornouillerstrasse 1	2502 Biel	032 344 30 00	rawy@rawy.ch
Übersetzungen	Patrizia Ventimiglia / Sabine Gambuzza				
Foto Credits	Martin Hermann / Anni Maas / Doris Lüthi / Ueli Eggimann / Barbara Wicki				
Webmaster	Martin Hermann	Amselweg 12	2563 Ipsach	032 331 25 47W	webmaster@stbb.ch