

ZUKUNFTSTAG

Deshalb ist tanzen im Wasser cool

von Sophia Schwizer* - Oltner Tagblatt • 14.11.2019 um 15:41 Uhr



Tanzen im Wasser: Synchronschwimmen/Keystone

© Keystone

Sophia Schwizer (11) aus Olten war am Zukunftstag in Aarau bei CHMedia zu Besuch und beschreibt in diesem Artikel, weshalb Synchronschwimmen ihre Lieblings-Sportart ist und wie sie zu diesem Hobby gekommen ist.

Ich steige jeden Mittwoch in den Zug Richtung Luzern. Wenn dann die Durchsage: "Aarburg /Oftringen" ertönt, muss ich aussteigen und den Bus Richtung Zofingen Altachen nehmen.

Wenn der Bus dann beim Schulhaus von Oftringen ankommt, steige ich aus und bin dann im Synchronschwimmen, das ich seit den Sommerferien besuche, angekommen.

Das Synchronschwimmen fängt um 17:30 Uhr mit einwärmen an. Ich habe die Sportart in einem Geolino-Heft entdeckt und habe mich noch am selben Abend zu einem Schnupperbesuch bei Argovia Synchro angemeldet. Dort hat es mir so gut gefallen, dass ich mich fest angemeldet habe.

Lange die Luft anhalten und gut schwimmen

Das Synchronschwimmen ist eine Art Tanzen im Wasser. Man macht verschiedene Kunststücke im Wasser und braucht dafür Ausdauer und Körperanspannung. Lange die Luft anhalten und gut schwimmen muss man auch können. Schwimmbrille, Badekleid, Nasenklammer und Badekappe braucht man für die Ausrüstung.

Wenn wir dann später im Schwimmbecken unsere Runden schwimmen, ist schon 18:15 Uhr, denn das Einwärmen dauert eine Viertelstunde, das Trockentraining indem wir unsere Kür (Aufführung) im Trockenen üben dauert auch eine Viertelstunde und zum Schluss noch das Umziehen und Duschen, was auch noch etwa eine Viertelstunde dauert.

Nach dem Einschwimmen kommt das Üben der Kür im Wasser dran. Damit wir die Musik, zu der wir tanzen, auch unter Wasser hören, haben wir einen extra Unterwasser-Lautsprecher.

Ich finde am Synchronschwimmen toll, dass es so abwechslungsreich ist. Aber manchmal nervt das Einwärmen ein bisschen. Es darf aber trotzdem nicht fehlen.