



Einige der Aktiven der Schwimmgruppe aus Weingarten um Coach Vera Wellmer (Mitte). Bei der karitativen Aktion im Sonnenbad in Mühlburg sind sie mit dabei. Foto: Volker Knopf

Ins Wasser für einen guten Zweck

Gruppe aus Weingarten macht mit beim Zwölf-Stunden-Schwimmen in Mühlburg

Von Volker Knopf

Weingarten. Was die Faszination des Schwimmens ausmacht? „Es ist das Element Wasser; die Schwerelosigkeit. Es ist fast wie Fliegen und obendrein ein hervorragender Gesundheitssport“, sagt Vera Wellmer. Die Frau aus Weingarten muss es wissen. Sie ist freie Schwimmtrainerin und bringt sowohl Kindern als auch Erwachsenen das Schwimmen bei.

Ob Baby-Kurse, Seepferdchen-Abzeichen oder Erwachsene, die ihre Technik verbessern möchten – die 46-Jährige, die sich unter anderem an der Deutschen Sporthochschule in Köln weitergebildet

hat und zudem Gesundheitsberaterin ist, hat für jedes Alter die entsprechende Fachkenntnis. „Gerade auch für Menschen, die nach einer Hüft-OP oder Ähnlichem wieder sportlich einsteigen wollen, ist Schwimmen oder Aqua-Reha optimal“, sagt die Frau, die ursprünglich aus Nordrhein-Westfalen stammt. Und: Es gebe auch eine nicht unbeträchtliche Gruppe von Erwachsenen, die nie Schwimmen gelernt hat. Auch dieser Klientel hilft Wellmer auf die Sprünge.

Regelmäßig trainieren ihre Gruppen im Freiwasser im Weingartener See und ab Anfang Oktober im Walzbachbad. Zu ihrer Gruppe gehören Omas, Singles,

Schwangere oder gar Triathleten. Gemeinsam mit ihrem Co-Trainer, dem früheren Leistungsschwimmer Patrick Wießler, coacht die Frau aus der Winzergemeinde, die das DLRG-Gold-Abzeichen hat, ihre Gruppen und verfeinert mit ihnen die Technik.

Demnächst haben sie sich etwas Besonderes vorgenommen. Die Erwachsenen-Gruppe wird beim traditionellen Zwölf-Stunden-Schwimmen im Sonnenbad in Karlsruhe-Mühlburg an diesem Samstag teilnehmen. Dabei handelt es sich um die größte integrative Schwimmsport-Veranstaltung im Südwesten. Gemeinsam ziehen Menschen mit und ohne Handicap

ihre Bahnen. Und dies zur Unterstützung der Lebenshilfe Karlsruhe, Ettlingen und Umgebung. Jede geschwommene Bahn wird von Sponsoren in bare Münze umgewandelt.

Mit zehn bis 20 Personen wird die Gruppe aus Weingarten in dem Bad im Karlsruher Westen, das eines der ersten in Deutschland jeweils die Freibadsaison eröffnet, ihre Bahnen ziehen. „Das passt einfach gut. Das ist eine sehr schöne Aktion und zudem für einen guten Zweck“, so Wellmer. Gezielt vorbereitet auf das Event hätten sich die Aktiven ihrer Gruppe nicht. Jedes Training im Wasser sei ohnehin Vorbereitung genug.