

INFO-TREFF



Magazin des Polizei SV Delphin 1889

Ausgabe Nr. 01/2026





Der neue Vorstand

Kontaktdaten

1. VORSITZENDE

Sabine Schulz

sabine.schulz@psv-delphin.de

2. VORSITZENDE

Sebastian Schimmelpfennig

sebastian.schimmelpfennig@psv-delphin.de

Frank Seiffert

frank.seiffert@psv-delphin.de

VEREINSMANAGEMENT*

Ines Stegemann

ines.stegemann@psv-delphin.de

Norman Lange (Stellvertreter)

norman.lange@psv-delphin.de

* (Vereinsorganisation, Beitritts- und Austrittsbearbeitung, Rechnungs- und Mahnwesen)

FACHWARTE SCHWIMMEN

Jörg Franzke

joerg.franzke@psv-delphin.de

Manuela Banisch

(Stellvertreterin, Kinder- und Jugend)

manuela.banisch@psv-delphin.de

Annett Schwabe

(Stellvertreterin, Erwachsene)

annett.schwabe@psv-delphin.de

KINDER- UND JUGENDWARTE

Emilia Dohse

Daniel Banisch (Stellvertreter)

jugendwarte@psv-delphin.de

FACILITY MANAGEMENT

Axel Hübner

axel.huebner@psv-delphin.de

GERÄTEWARTIN (PLÖTZENSEE)

Tanja Stegemann

tanja.stegemann@psv-delphin.de

GERÄTEWART (KIRCHSTRASSE)

Eugen Wild

eugen.wild@psv-delphin.de

FACHWARTIN GLEICHSTELLUNG

Jana Brämer

kinderschutz@psv-delphin.de

FESTAUSSCHUSS

Emre Yildiz

emre.yildiz@psv-delphin.de

PRESSEWARTE

Andreas Molitor

Claudia Müller (Stellvertreterin)

Bettina Schulze (Stellvertreterin)

oeffentlichkeitsarbeit@psv-delphin.de

KASSENPRÜFUNGSAUSSCHUSS

Thomas Banisch

Dörte Schenk

Nina Odzinieks

Sebastian Schwab

Lukas Riehl

kassenpruefer@psv-delphin.de



Unsere PSV-Delphine starten in den Sommer

Unser Heft braucht einen neuen Namen.

Liebe Delphine,

hinter uns liegt eine intensive und erfolgreiche Saison mit vielen Wettkämpfen, langen Wochenenden am Beckenrand, persönlichen Bestzeiten und großem Einsatz im Training.

In diesem Heft lassen die Höhepunkte der Wettkampfsaison noch einmal Revue passieren. Ein großes Dankeschön gilt dabei allen Schwimmerinnen und Schwimmern, Trainerinnen und Trainern, Kampfrichtern sowie den vielen helfenden Händen im Hintergrund, ohne die unser Vereinsleben nicht möglich wäre.

Besonders wichtig für unseren Verein: Wir haben einen neuen Vorstand gewählt. Die neuen Vorstandsmitglieder stellen wir hier nach und nach vor. Sie freuen sich darauf, gemeinsam mit euch die Zukunft des Vereins aktiv zu gestalten. In diesem Heft starten wir mit Sabine Schulz, unserer neuen Vereinsvorsitzenden.

Als neues ÖA-Team möchten wir auch unserem Vereinsheft schrittweise etwas frischen Wind geben: als erstes sucht „Infotreff“ einen neuen Namen! Wir sind gespannt auf eure Ideen!

Gleichzeitig beginnt schon die nächste spannende Phase des Jahres: Die Freiwassersaison steht vor der Tür. Ob erste Erfahrungen im offenen Wasser oder ambitionierte Langstrecken – wir wünschen allen viel Freude, Erfolg und natürlich angenehme Wassertemperaturen.

Viel Spaß beim Lesen!

Unser Heft braucht einen neuen Namen!

Infotreff hat uns lang und treu begleitet, aber manchmal braucht es eine Veränderung.

Deshalb suchen wir gemeinsam mit euch einen neuen, frischen, witzigen oder einfach genialen Titel für uns Vereinsheft!

Egal ob kreativ, sportlich, modern oder mit einem Augenzwinkern - Hauptsache passend für unseren Verein und für alle zwischen Seepferdchen und Seniorenschwimmen.

Jetzt seid ihr dran: **Schickt uns eure Ideen für einen neuen Heftnamen bis 30. September** an oeffentlichkeitsarbeit@psv-delphin.de!

Zu gewinnen gibt's einen Decathlon-Gutschein für den besten Vorschlag.

Also: Gehirn auf Startblock, Kreativität auf Anschlag und los geht's! Vielleicht heißt unser Heft bald Dank euch:

Chorgeflüster

Wellenreiter

Bahnfunk

Wasserschlag

oder ganz anders?

Wir sind gespannt auf eure Ideen!

Euer ÖA-Team

14 Grad

Traditionelles Anbaden Am Plötzenssee: Die PSV-Delphine starten in die Sommersaison.

14 Grad. Mehr hatte der Plötzenssee am 2. Mai noch nicht zu bieten. Das Wasserthermometer blieb gnadenlos: keine 15, kein „fühlt sich wärmer an als es ist“, kein Interpretationsspielraum. Einfach 14 Grad. Punkt.

Trotzdem marschierten gegen Mittag knapp zwei Dutzend wagemutige PSV-Delphine – Kinder, Jugendliche, Freizeitschwimmer, Freiwassersportler und Masters – vom Vereinsheim hinunter zum Strand. Vor ihnen: der menschenleere See. Hinter ihnen: die sichere Wärme. Dazwischen: dieser kurze Moment, in dem man sich fragt, warum man eigentlich jedes Jahr wieder auf solche Ideen kommt.

Dann begann das übliche Ritual. Erst der große Zeh. Dann der Fuß. Dann bis zu den Knien. Die ersten verzogen das Gesicht, andere klopften Sprüche, wieder andere sammelten Mut. Und irgendwann half alles nichts mehr: rein da.

Danach war Schluss mit vorsichtig. Alle planschten, lachten, prusteten und bewegten ordentlich Wasser. Die einen tauchten beherzt unter, andere hielten lieber erstmal Sicherheitsabstand zur eigenen Tapferkeit. Die Kinder waren ohnehin schneller drin, als die Erwachsenen „arschkalt“ sagen konnten.

Genau darum geht es beim traditionellen Anbaden: nicht um Rekorde, nicht um Stilnoten, sondern um Vereinsleben, gute Laune und diesen kleinen Berliner Trotz: kalt? Na und!

Wer bei 14 Grad im Plötzenssee war, darf den Sommer offiziell eröffnet nennen.

Andreas



Das Thermometer blieb unbestechlich: 14 Grad – und kein Grad mehr!



Erst der Zeh, dann der Fuß. Und dann gibt es kein Halten mehr.



Türkische Riviera, 28 Grad? Nein, Plötzenssee, 14 Grad.



So sieht maximale Lebensfreude aus.



Also – ob das eine gute Idee war mit dem Anbaden ...



Was sagt dieses Gesicht? Freude? Entsetzen? Schicksalsergebenheit?



Angi und Jana Sekunden vor dem Start zur kühlen Freiwasser-Trainingseinheit.



Niemals geht man so ganz

Bewegende Verabschiedung des Vorsitzenden

Thomas Hübner - der dem Verein erhalten bleibt.

Es wurde ganz still im Saal, als Frank Seiffert bei der Jahreshauptversammlung am 14. Februar seine Rede begann. Neben ihm stand Thomas Hübner – der Mann, der den PSV Delphin über Jahrzehnte geprägt hat und nun den Vorsitz des Vereins abgab. Keine laute Verabschiedung, keine großen Gesten. Stattdessen Erinnerungen, gemeinsames Erleben und ehrliche Dankbarkeit.

Fast 40 Jahre Freundschaft verbinden den langjährigen Vorsitzenden mit seinem Weggefährten und alten wie neuen stellvertretenden Vorsitzenden. Kennengelernt hatten sich beide einst beim Sport, wo auch sonst. „Wir beide kennen uns aus dem Wasserballsport“, sagte Seiffert. „Und wir blicken auf viele Jahre gemeinsamer Vereinsarbeit zurück.“

Thomas Hübners Geschichte im Verein begann mit seinem Eintritt am 1. Mai 1965 – damals gerade einmal acht Jahre alt. Erst Schwimmer, später Wasserballer. Rund drei Jahrzehnte lang war der Sport selbst ein fester Teil seines Lebens. Bereits mit 18 Jahren übernahm er Verantwortung im Vorstand. Es folgten Jahrzehnte ehrenamtlicher Arbeit – in unterschiedlichsten Funktionen, fast immer an entscheidender Stelle.

Wer an diesem Abend eine bloße Aufzählung von Ämtern erwartet hatte, merkte schnell: Es ging um weit mehr. Um jemanden, der den Verein geprägt hat. Der organisiert, vermittelt, verhandelt, manchmal gestritten und immer wieder Menschen zusammengeführt hat. Beharrlich, stets ansprechbar, mitunter auch ein wenig knorrig – aber immer mit dem Blick darauf, was dem

Verein hilft.

Besonders sichtbar wurde das etwa bei der Fusion der Schwimmabteilung des Polizeisportvereins mit dem BSC Delphin 1889 im Jahr 2007 – ein Schritt, der den Verein nachhaltig verändern sollte. Oder während der Corona-Zeit, als Trainingsmöglichkeiten plötzlich wegbrachen und Hygienekonzepte beinahe über Nacht entwickelt werden mussten. Während vielerorts Stillstand herrschte, versuchte der Verein unter Hübners Führung, Trainingsbetrieb und Gemeinschaft so gut wie möglich aufrechtzuerhalten.

Immer wieder betonte Frank Seiffert auch, wie wichtig Thomas Hübner die Menschen im Verein waren: Trainer, Übungsleiter, Vorstandsmitglieder, Eltern, Kinder. „Du hast dem Verein gutgetan und ihn nach vorn gebracht“, sagte er. Und tatsächlich zog sich dieser Gedanke wie ein roter Faden durch den Abend. Nicht einzelne Projekte standen im Mittelpunkt, sondern die Art, wie Hübner den Verein führte: verbindlich, hartnäckig und mit großem persönlichem Einsatz.

Viele Dinge, die heute selbstverständlich erscheinen, tragen seine Handschrift: die Einführung einer breiter aufgestellten Doppelspitze im Vorstand, die Sicherung der Wasserflächen, die Pflege der Traditionen rund um den Sportvergleichswettkampf in Barnstorf oder die Durchführung des „Tags der kommenden Meister“ trotz aller Schwierigkeiten. Auch stetig steigende Mitgliederzahlen und ein engagierter Trainerstab wurden ausdrücklich hervorgehoben.

Besonders bewegend war am Ende ein Bild, das vielen im Saal im Gedächtnis geblieben sein dürfte. Thomas Hübner, so hieß es, hinterlasse „eine deutliche Fußspur, der wir gern gefolgt sind“. Ein schlichter Satz – und gerade deshalb so treffend. Er beschreibt ziemlich genau, worum es im Ehrenamt oft geht: Verantwortung zu übernehmen und andere mitzunehmen.

Mit Thomas' Ausscheiden aus dem Vorstand endet eine lange Ära. Doch ganz gehen wird der langjährige „mover & shaker“ nicht. Dem Verein bleibt er erhalten – etwa in dem Gremium, das über die Vergabe der Wasserflächen entscheidet, sicher aber auch als Ratgeber und vertraute Stimme im Hintergrund.

Oder, wie es in dem berühmten Lied von Trude Herr heißt:

„Niemals geht man so ganz
Irgendwas von mir bleibt hier.“

Andreas



Niemals geht man so ganz: Frank verabschiedet Thomas bei der Jahreshauptversammlung.



Thomas mit der Wasserballmannschaft im Jahr 1979.



Thomas bei der Ehrung langjähriger Vereinsmitglieder.



„Setzt euch Ziele, die erreichbar sind“

Unsere Neue Vorsitzende Sabine Schulz über ihre Liebe zum Schwimmen und die größten Baustellen der Vereinsarbeit.

Sabine, es ist Samstagnachmittag. Was hast du heute schon alles hinter dir, als Trainerin und Schwimmerin?

Kurz vor zwölf war ich in der Halle und hab' erstmal geschaut, was unsere Leistungsgruppe so ins Wasser bringt. Ab zwei hatte ich für eine Stunde die Technikgruppe zum Techniktraining. Während die Schwimmer noch im Wasser waren, hab' ich mich schon drauf gefreut, endlich selbst ins Wasser springen zu dürfen. Und dann hab' ich endlich eine Stunde Reha-Schwimmen nur für mich gemacht – um wenigstens ein bisschen wieder reinzukommen ins Schwimmen. Ich hatte ja etliche gesundheitliche Rückschläge zu verkraften und konnte zeitweise überhaupt nicht trainieren. Jetzt genieße ich jede Minute im Becken.

Kannst du dich noch erinnern, wie du schwimmen gelernt hast?

Ja, sehr gut sogar. Ich war fünf und ein totaler Tauchfan – eigentlich war ich ständig unter Wasser. Das fanden meine Eltern irgendwann beunruhigend. Also haben sie mich gelockt: Wenn ich den Freischwimmer mache, also eine Viertelstunde schwimme, bekomme ich eine Taucherbrille. Mein Opa setzte noch einen drauf: Für den Fahrtenschwimmer, eine halbe Stunde schwimmen, sollte es Taucherflossen geben. Ein halbes Jahr später war ich stolze Besitzerin von Taucherbrille, Flossen, Frei- und Fahrtenschwimmerabzeichen. Fahrrad fahren konnte ich noch nicht. Aber schwimmen.

Was liebst oder genießt du am meisten am Schwimmen?

Dass das Wasser an mir vorbeigleitet. Dass ich mein Gewicht nicht spüre. Dass ich meinen Körper vorwärtsbewege, ohne dass es sich nach Anstrengung anfühlt. Alles fließt an mir vorbei. Das ist wunderbar – auch nach all den Jahren noch.

Wie sieht für dich persönlich die Balance aus zwischen sportlichem Ehrgeiz und einfach nur Spaß im Wasser haben?

Früher war deutlich mehr Ehrgeiz dabei – und ich war auch unzufrieden und schlecht gelaunt, wenn es im Wettkampf nicht gut lief. Heute stehen der Spaß und das Genießen stärker im Vordergrund. Es kommen eben mehr und mehr körperliche Einschränkungen dazu. Dann sage ich mir: Okay, mehr geht gerade nicht. Das muss ich akzeptieren.

Bist du vor dem Start immer noch nervös?

Es ist immer noch Aufregung da. Die muss ich ein bisschen runterkämpfen, damit ich vom Start weg die richtige Atemfrequenz erwische. Vor 200 Schmetterling ist es immer noch zum Weglaufen. Da stehe ich da und frage mich, warum ich mir das schon wieder angetan hab'. Die Strecke ist halt meine persönliche Challenge.

Wenn du dich das schon selber fragst – wie lautet die Antwort? Warum tust du dir das an?

Es tut gut, sich immer wieder zu beweisen, dass

man das schafft. Es gibt Schwimmerinnen, die würden das auch schaffen, und zwar eine Minute schneller als ich ...

... aber sie machen es nicht.

Genau. Sie machen es nicht. Weil sie sich nicht trauen. Die kommen dann zu mir und sagen: „200 Schmett, krass dass du das machst. Das könnte ich nicht.“ Natürlich könnten sie es. Aber sie machen es nicht.

Was wäre deine Botschaft an unsere Kinder und Jugendlichen im Verein, wenn es im Training oder im Wettkampf mal gar nicht läuft?

Fangt immer wieder neu an, schmeißt nicht gleich die Flinte ins Korn – und setzt euch Ziele, die erreichbar sind. Genießt kleine Erfolgserlebnisse. Manchmal, besonders bei den ersten Wettkämpfen, ist es doch schon ein super Erfolg, die Strecke durchzuschwimmen, ganz egal wie die Zeit war. Das mit den Zeiten kommt noch früh genug.

Es gibt ja immer Leute, die sagen: Warum schwimmen 50- oder 70-Jährige denn noch Wettkämpfe? Die werden doch sowieso von Jahr zu Jahr langsamer.

Wir hatten einen Schwimmer im eigenen Verein, der das Gegenteil bewiesen hat: Wolfgang Jarmer ist damals mit 40 Jahren einen Altersklassenweltrekord über 50 Meter Brust geschwommen – und war dabei schneller als zu seiner Zeit als jugendlicher Leistungssportler. Technik, Analyse und Er-



Sabine Schulz, unsere neue Vereinsvorsitzende, vor der Schwimmhalle Seestraße.



Blick zur Anzeigetafel: Ist die Renneinteilung aufgegangen?



fahrung machen vieles wett, was an körperlicher Leistung mit den Jahren verloren geht. Natürlich schwimmen die meisten Masters mit 60 nicht mehr so schnell wie mit 20. Aber sie schwimmen ja auch nicht gegen 20-Jährige, sondern gegen ihre Altersklasse. Und da purzeln immer wieder Bestzeiten, Deutsche Rekorde und Weltrekorde. Es macht so viel Freude, sich mit den anderen zu messen, mal eine neue Taktikvariante im Rennen auszuprobieren, es mit einem Kick mehr nach der Wende zu versuchen. Manche Masters tragen einen Spruch auf dem T-Shirt: „Wir werden zwar nicht schneller, aber immer besser.“

Was bringt dich als Trainerin auf die Palme?

Wenn ich Anweisungen oder Erklärungen zum dritten oder vierten Mal wiederholen muss, weil sie immer noch nicht angekommen sind. Das ist anstrengend. Ich hab' ja, wenn ich abends am Beckenrand stehe, auch schon einen ganzen Arbeitstag hinter mir.

Wie würdest du unseren Verein in wenigen Worten beschreiben?

Das Besondere an unserem Verein ist, dass er für alle etwas bietet, die Interesse am Schwimmen haben: egal ob sie entspannt ihre Bahnen ziehen oder ambitioniert trainieren wollen, egal ob sie acht Jahre alt sind oder 80.

Was sind aus Deiner Sicht die größten Baustellen?

Problematisch finde ich unsere Rolle im Hauptverein: Wir sind zwar die zahlenmäßig größte Abteilung unter 26 Sportarten, werden aber nicht entsprechend wahrgenommen und außerdem ganz schön gegängelt. Der Gedanke, ob wir uns

vielleicht mal vom Hauptverein lösen, ist nicht ganz vom Tisch. Wenn wir jetzt wieder mehr engagierte Leute finden, die ehrenamtlich arbeiten, ist diese Option sicher mehr als einen Gedanken wert. Wir müssten dann wieder relativ klein anfangen – aber wir wüssten dann auch, dass wir die Früchte unserer Arbeit auch selbst ernten.

Du arbeitest Vollzeit, bist als Trainerin tätig, schwimmst selber und führst jetzt auch noch den Verein. Wie geht das überhaupt?

Das ginge vermutlich gar nicht, wenn es keine klare Prioritätenliste gäbe. Die ist unverzichtbar. Aber das kriege ich ganz gut hin. Was am meisten Zeit frisst, ist die Kommunikation: dass wir einen guten Austausch untereinander haben, dass Informationen nicht verloren gehen, alle gehört werden und jeder die Freiheit hat, mit neuen Ideen an sein Aufgabengebiet ranzugehen. Ich möchte keinem sagen, wie er etwas zu machen hat. Und den Spruch „Das haben wir aber immer so gemacht“ mag ich nicht hören.

Die Fragen stellte Andreas



Nach knapp vier Kilometer Training ist eine Erholung an der Leine gestattet.



Größter sportlicher Einzelerfolg: Die Silbermedaille bei den Deutschen Meisterschaften über 200 m Schmetterling.



Sarah Sjöström auf dem Weg zum Weltrekord? Knapp daneben – es ist unsere Sabine.

Das gleiche Lachen, nur die Frisur war anders: Sabine im Jahr 2009.



Starke Leistungen und jede Menge Spaß

Ein erfolgreicher Jahresabschluss im Wasser:

Das Weihnachtsschwimmen 2025.

Unsere Vereinsmeisterschaften fanden zum dritten Mal und wieder mit einer großen Beteiligung statt: 493 Einzelstarts und 22 Staffeln. Und so waren wir vom Beginn am Morgen bis zum Ende am frühen Nachmittag alle gut beschäftigt mit schwimmen, zuschauen, klatschen und gratulieren.

Auch dieses Jahr konnten wir uns auf ein eingespieltes und erfahrenes Team für Organisation (Sabine), Schiedsrichter (Daniel), Sprecher (Frank), Ehrungen (Manuela & Sebastian) sowie Protokoll (Jörg) verlassen.

Und zusätzlich haben auch noch viele weitere Hände geholfen, wie z.B. Eugen & Ilona beim Einlass und Stephanie als Fotografin. Gar nicht zu reden von den Trainerinnen und Trainern, die ihre Kinder betreut, den Masters, die als Kampfrichter den Wettkampf geleitet und noch vielen mehr, die als Helfer Unterstützung geleistet haben. Vielen, vielen Dank dafür! Ohne euch geht der Wettkampf gar nicht!

Die jüngsten Teilnehmer waren Greta und Theo (beide Jahrgang 2020), der älteste Volkmar (Jahrgang 1960). Die höchste Anzahl an Einzelstarts absolvierte Jon, der tatsächlich jeden Start mitschwamm.

Wie in 2024 wurde natürlich auch wieder der T-Shirt-Staffelwettkampf ausgefochten. Das Schwimmen wurde durch Umziehen, T-Shirt tragen und eine Sonderaufgabe „etwas“ erschwert: eine Weihnachtsbrille musste getragen werden, diese durfte aber nicht unter Wasser kommen.

Interessant waren die unterschiedlichen Methoden der Mannschaften, um diese Bedingungen zu erfüllen: es wurde Rücken, Wasserballkraul, Brust und noch mehr geschwommen und die Brillen blieben trocken.

Auch dieses Jahr sind wirklich gute Ergebnisse erzielt worden und sehr erfreulich ist immer die große Anzahl unserer Jüngsten. Letztes Jahr wurden die Vorsitzenden durch Frank Oehlke im Becken vertreten, dieses Jahr war Sebastian Schimelpennig mit am Start.

Der Titel „**Junior-Vereinsmeisterin 2025**“ wurde erst durch ein Stechen zwischen Yeva und Hannah entschieden:

1. Platz Jeva Lagoda
2. Platz Hannah Hauenstein
3. Platz Maya Hussein, Clara Zacharias und Eilsa Demir

Junior-Vereinsmeister 2025

1. Platz Nicolas Benirschka
2. Platz Timothy Höfele, Luis Vieira und Leonard Sternberg

Vereinsmeisterin 2025

1. Platz Manja Busch
2. Platz Olivia Neustock
3. Platz Elisa Canducci

Vereinsmeister 2025

1. Platz Jon Schäfer
2. Platz Eiko Stoffregen
3. Platz Jörg Scholz

Da Jon sich bei einem Start eine Disqualifikation leistete, gewann Eiko den Sprinter-Pokal 2025 und ist damit der schnellste Delphin des Jahres.

Sprinter-Pokal 2025

1. Platz Eiko Stoffregen
2. Platz Joelina Freiesleben
3. Platz Jon Schäfer

Nach dieser letzten Ehrung ging das Weihnachtsschwimmen 2025 zu Ende.

Bis zum nächsten dritten Advent
(13. Dezember 2026)!
Sabine und Jörg



Bei der Weihnachtsstaffel in T-shirt und mit Brille gab es viele kreative Varianten.

Der Einsatz hat sich gelohnt:
Sebastian und
Manuela ehren eine
Schwimmerin.



Auf die Plätze...rein ins kühle Nass!



Perfekte Organisation: Sabine und Frank
schauen auf die Abläufe der Starts.



„Zwei Bahnen schaffst Du noch!“

Zu Gast beim Training der Kinder: „Jeder kann, keiner muss“ lautet die Devise.

Der kleinen Theresa ist schon ein bisschen kalt. Sie ist die Kleinste in der Gruppe, zart, flink, ein richtiger Wasserfloh. Am liebsten würde sie jetzt schon ins Nichtschwimmerbecken zum Spielen. Doch Dirk, ihr Trainer, bleibt am Beckenrand stehen und spricht ihr gut zu: „Komm, Theresa, zwei Bahnen schaffst du noch.“

Montagnachmittag, 17 Uhr, Schwimmhalle Seestraße. Neun Kinder trainieren in der Gruppe der Acht- bis Zehnjährigen, fünf Mädchen und vier Jungen. Alle haben schon mindestens Bronze, manche Silber oder Gold, einige sind auch bereits Wettkämpfe geschwommen. Trotzdem weiß der eine oder andere nicht auf Anhieb, wie viele Bahnen auf der 25-Meter-Bahn zu schwimmen sind, wenn der Trainer „50 Meter“ sagt. Jetzt geht es darum, sicherer zu werden, länger durchzuhalten und die Technik sauberer zu schwimmen.

Schon beim Aufwärmen im Nichtschwimmerbecken wird ordentlich Wasser bewegt. Die Kinder halten sich am Rand fest und machen Kraul-Beinschlag. „Ganz schnell!“, ruft Dirk. „Wer hält am längsten durch?“ Danach geht es ins große Becken: vier Bahnen einschwimmen, dann die Treppe – 25 Meter Brust, 25 Meter Rücken, 50 Brust, 50 Rücken, später 100 Brust und 100 Rücken, danach wieder zurück.

Dirk leitet das Training mit einer Mischung aus Geduld, Humor und klaren Ansagen. „Zuhören!“, ruft er, wenn die Gedanken im Wasser gerade in alle Richtungen schwimmen. Und wenn einer bei der Brust-Rücken-Treppe nur noch vor sich hintreibt, fragt er freundlich-streng: „Was

machst du denn da? Du dümpelst da rum.“ Der Junge schaut ihn ratlos an. So ganz genau weiß er offenbar selbst nicht, was er gerade macht.

„Das sind gute Kinder“, sagt Dirk. Und das meint er auch so. Die Atmosphäre ist herzlich, auch zu den Eltern, die ihn jederzeit ansprechen können. Bei Theresa sieht man, was das bewirken kann. Am Anfang hat sie manchmal geweint, weil alle anderen schneller waren. Inzwischen fühlt sie sich wohl in der Gruppe, in der auch ihre ältere Schwester schwimmt.

Leistung spielt noch keine große Rolle. „Nur wenige haben den Ehrgeiz, in die Leistungsgruppe aufzusteigen“, sagt Dirk. Oft hört er: „Das reicht mir.“ Für ihn ist das in Ordnung. Seine Devise lautet: Jeder kann, keiner muss.

Wer zweimal pro Woche trainiert, kommt schneller voran. Auch das sagt Dirk den Kindern: „Wenn du einmal mehr pro Woche zum Training kommst, wirst du sehen, dass deine Zeiten sich schnell verbessern.“ Aber Druck macht er daraus nicht. Er fordert, ermuntert, lobt – und manchmal reicht eben ein Satz am Beckenrand: „Zwei Bahnen schaffst du noch.“ Und natürlich schafft Theresa die zwei Bahnen.

Andreas



„Wenn ich grün sage, gehen alle Hände nach oben!“



Wer hat die schönsten Badelatschen?



„Das war gut - und jetzt kommen die 100 Meter!“



„Ich brauch' dringend Pause, alles so anstrengend!“



Nase zuhalten und rein - der Anfang ist am schwersten.

Ein langer Wettkampfwinter

Kurze Strecken, Lange Strecken, Staffeln -
die Masters ließen es krachen.

Lang war die Wettkampfsaison ...

Kaum war der Trainingsrückstand nach der Sommerpause halbwegs aufgeholt, ging es für unsere Masters schon wieder mitten hinein ins Wettkampfgeschehen.

Den Auftakt machten die Berliner Kurzbahn-Meisterschaften am 16. November. Und dort zeigte das Team gleich, dass in diesem Winter einiges möglich sein würde: persönliche Bestzeiten, neun Meistertitel, ein Vereinsrekord und ein starker zweiter Platz der 4x50-Meter-Mixed-Staffel in der AK 160+.

Während die einen auf den Startblöcken standen, fieberten andere aus dem Urlaub heraus im „Fanclub-Modus“ mit – selbstverständlich mit Live-Ergebnissen und Staffelviedo. Auch das gehört zu dieser Mannschaft: Wer nicht selbst schwimmt, feuert eben aus der Ferne an.

Überhaupt war die Saison geprägt von dieser besonderen Mischung aus Ehrgeiz, Teamgeist und der Frage, die vermutlich jede Masters-Schwimmerin und jeder Masters-Schwimmer irgendwann am Beckenrand stellt: Warum tue ich mir das eigentlich an?

WTC-Pokal: Aller guten Dinge sind drei

Eine ziemlich gute Antwort lieferte der WTC-Pokal in Dresden am 6. und 7. Dezember. Für unsere Masters ist dieses Wochenende längst ein Traditionswettkampf: viel Wasser, viele Starts, viel Teamgefühl.



Ein starkes Team: Die PSV-Delphine in Dresden.

Mit 17 Schwimmerinnen und Schwimmern reiste das PSV-Team an. Am Ende stand der dritte Sieg in Folge beim WTC-Pokal in der „kleinen“ Wertung. Gegen 45 andere Vereine, wohlgemerkt. Spätestens da war klar: Diese Truppe funktioniert nicht nur sportlich, sondern auch als Team.

Dazu passte das volle Programm: 16 Staffelstarts, 40 Einzelstarts, lange Tage in der Schwimmhalle, der traditionelle Abstecher auf den Dresdner Weihnachtsmarkt und die legendär durchhängenden Betten des Jugendgästehauses.

Für zusätzliche Nachtruhe – oder eher deren Gegenteil – sorgten nächtliche Rufe aus dem benachbarten Pflegeheim. Erstaunlich eigentlich, dass am nächsten Morgen trotzdem noch Top-Leistungen ins Wasser gebracht wurden.

Lange Strecken: Der Härtetest

Kaum war Dresden verarbeitet, warteten im Sportforum am 17. und 18. Januar schon die Lan-

gen Strecken: 400 Meter Lagen, 800 Meter Freistil oder sogar 1500 Meter Freistil sind nichts, was man mal eben nebenbei erledigt. Da geht es nicht nur um Kondition, sondern auch um mentale Stärke: Bahnen zählen, Rhythmus halten, nicht zu früh sterben, am Ende vielleicht noch mal den Turbo zuschalten.

Für viele wurde das Wochenende zum echten Härtetest. Manche wagten sich zum ersten Mal an neue Strecken, Christoph feierte sein Wettkampf-Comeback, Jon startete erstmals überhaupt als Masters-Schwimmer in der AK 20. Lisa absolvierte ein Mammutprogramm über mehrere lange Freistilstrecken. Eiko, bisher eher als Sprinter erfolgreich, traute sich plötzlich auch an die langen Distanzen. Und Manja, unsere Freiwas-

ser-Spezialistin, wusste zwar selbst nicht ganz genau, warum sie sich freiwillig für 800 und 1500 Meter im ungewohnten Schwimmbecken gemeldet hatte – zog ihre Rennen dann aber selbstverständlich souverän durch.

Neben all diesen persönlichen Geschichten sammelte das Team Berliner Meistertitel, Vereinsrekorde, Altersklassenrekorde und jede Menge persönliche Bestzeiten. Kurz gesagt: Die langen Strecken taten weh. Aber sie lohnten sich.

Norddeutsche: Acht Titel für Berlin

Bei den Norddeutschen Masters-Meisterschaften am 14. und 15. März in Hannover zeigte sich dann, wie viel Energie inzwischen in dieser Gruppe steckt. Acht Norddeutsche Meistertitel konnten unsere Masters mit nach Berlin nehmen.

Eiko gewann über 50 und 100 Meter Rücken sowie über 400 Meter Lagen. Kathi holte den Titel über 200 Meter Rücken. Lisa siegte über 400 und 800 Meter Freistil sowie über 400 Meter Lagen. Nina wurde ebenfalls Norddeutsche Meisterin über 400 Meter Lagen. Dazu kamen zahlreiche persönliche Bestzeiten, drei Vereinsrekorde – alle durch Sophie – und sage und schreibe 18 Altersklassenrekorde.

Hannover war aber mehr als Medaillen und Zeiten. Am Beckenrand wurde angefeuert, mitgefiebert, getröstet und gefeiert. Die Masters waren schnell, laut und als Team kaum zu übersehen. Genau solche Wochenenden machen Lust auf mehr.



Den kleinen WTC-Pokal holten unsere Masters zum dritten Mal von Dresden nach Berlin.

Masters-Cup: Saisonhöhepunkt auf der Langbahn

Für einige von uns ist der Masters-Cup im Sportforum der Saisonhöhepunkt auf der Langbahn im ersten Halbjahr. Bei rund 280 Teilnehmenden, mehr als 800 Starts und starken internationalen Gästen darf einem im Vorfeld schon einmal die Pumpe gehen – besonders, wenn es wie für Faye und Charline in der AK 25 der erste offizielle Wettkampfstart für die Delphine ist.

Unsere zwölf Aktiven ließen sich davon nicht schrecken. Die Stimmung im Team war hervorragend, und auch die Ergebnisse konnten sich sehen lassen: 25 Mal standen unsere erfahrenen Wettkampf-Delphine nach ihren Einzelstarts auf dem Siegerpodest, davon zwölf Mal ganz oben.

Für unsere Trainerin Sabine ist es die schönste Belohnung, wenn Pläne aufgehen, sich harte Trainingsarbeit im Wettkampf zeigt und bei der Siegerehrung die Gesichter strahlen.

Natürlich wanderten auch wieder einige Notizen fürs weitere Training in ihr Heftchen: hier die Armfrequenz erhöhen, dort den Beinschub auf der zweiten Hälfte eines 200-Meter-Rennens stabiler halten, an anderer Stelle die Gleitphase verbessern und Kraft besser ins Wasser bringen.

Aber sie konnte auch viele positive Entwicklungen notieren: ein flacherer Armzug im Schmetterlingsschwimmen, bessere Renneinteilung, kürzere Armzüge im Endspurt und Zwischenzeiten, die eine deutlich verbesserte Kondition erkennen ließen.

Fazit: Wir haben viel richtig gemacht. Lang war diese Wettkampfsaison also tatsächlich. Anstrengend auch. Aber vor allem war sie schnell, erfolgreich und ziemlich teamstark.

Sabine, Annett, Jörg und Maik



Überraschungs-Bronze beim Masters-Cup:
Unsere 4 x 100 Lagen-Staffel.



Staffel vorbei, durchatmen, glücklich sein.



Entspannung in der Wettkampfpause.

Drei Zehntel

Sophie Hanßen beschreibt das Wechselbad zwischen Freude und Enttäuschung nach ihrem Rennen über 100 Meter Rücken.

Manchmal ist Sport wirklich seltsam. Man erwischt genau den Tag, auf den man so lange gehofft hat. Man schwimmt ein Rennen, das sich vom ersten Meter an richtig gut anfühlt. Man schwimmt persönliche Bestzeit. Und trotzdem sitzt man wenige Minuten später enttäuscht am Beckenrand, weil am Ende nur ein paar Zehntelsekunden gefehlt haben. Genau so ging es mir bei den Norddeutschen Meisterschaften in Hannover über 100 Meter Rücken.

Ich hatte mir keine großen Medaillenchancen ausgerechnet. Meine Meldezeit lag bei 1:18 Minuten, die schnellsten Zeiten in meiner Altersklasse AK 25 waren deutlich besser. Trotzdem hatte ich an diesem Samstagabend plötzlich das Gefühl: Vielleicht geht heute doch etwas. Vorher war ich schon 50 Meter Rücken geschwommen und mit 34,99 Sekunden auf der Langbahn endlich unter 35 Sekunden geblieben. Das hat mir richtig Selbstvertrauen gegeben. Vor dem Start habe ich mich dann noch einmal total hochgepusht. Ich wollte einfach ein richtig gutes Rennen schwimmen. Und im Wasser hat dann plötzlich alles gepasst: der Start, die Tauchphase, der Rhythmus. Bis etwa 80 Meter fühlte es sich richtig gut an. Die letzten 20 Meter waren brutal anstrengend. Aber ich habe durchgezogen, ohne groß nach links oder rechts zu schauen.

Dann schlug ich an, blickte zur Anzeigetafel – und mein Name leuchtete in Gold. Ich war Erste in meinem Lauf. 1:16,17 Minuten. Persönliche Bestzeit auf der Langbahn. Ich war völlig außer Atem, aber auch total glücklich. Und dann kam dieser eine Moment, in dem ich

plötzlich hoffte: Vielleicht reicht es ja doch fürs Podium. Aber es kam ja noch ein Lauf in meiner Altersklasse – der mit den schnelleren Meldezeiten. Ich stand am Beckenrand, schaute auf den nächsten Lauf und fieberte mit. Doch dann wurde mir klar: Die Schnellsten waren einfach zu schnell. Der dritte Platz war am Ende nur drei Zehntelsekunden weg. Drei Zehntel. Das ist fast nichts – und in diesem Moment doch eine ganze Welt.

Ich war richtig frustriert. Obwohl ich weiß, dass bei den Masters die eigene Leistung und der Spaß mindestens genauso wichtig sind wie Medaillen, war ich in diesem Moment einfach tief enttäuscht. Ich wollte erstmal mit niemandem reden. Ich habe mir erlaubt, zehn Minuten traurig zu sein. Danach konnte ich es wieder anders sehen. Ich hatte alles gegeben. Ich war Bestzeit geschwommen. Und ich hatte gemerkt, dass viel mehr möglich ist, als ich vorher gedacht hatte.

Sophie (redaktionell gekürzt)



Volle Konzentration beim Rückenstart.

Fünf Meter mehr...

Unser Mastersschwimmer Eiko Stoffregen über sein 200-Meter-Lagen-Rennen beim Masters-Cup.

Manchmal entscheiden im Schwimmen nur wenige Meter über Gold, Silber, Bronze und Blech. In meinem Fall, dem Rennen über 200 Meter Lagen beim Masters-Cup, waren es ziemlich exakt fünf Meter.

Als ich nach dem Rennen aus dem Wasser kletterte, war genau das mein erster Gedanke: „Fünf Meter mehr – und ich hätte ihn noch bekommen.“ Auf den letzten 50 Metern, der Freistilstrecke, war ich immer näher an den führenden Schwimmer herangeschwommen. Zug um Zug. Ich habe gemerkt, dass er müde wurde und ich noch Reserven hatte. Aber dann war der Anschlag da, die Bahn zu Ende, das Rennen zu Ende. Der Konkurrent rettete sich mit letzter Kraft ins Ziel – und ich schlug knapp hinter ihm an. Genau solche Rennen bleiben einem lange im Kopf.

Auf diesen Wettkampf hatte ich mich besonders fokussiert. Die 200 Meter Lagen waren nach den Norddeutschen Meisterschaften mein persönliches Projekt geworden. Dort war ich schon knapp am Titel vorbeigeschwommen – in einer guten Zeit. Diesmal wollte ich es noch besser machen. Noch kontrollierter schwimmen, meine Kräfte besser einteilen und vielleicht endlich diese 2:30 knacken, die ich mir als Ziel gesetzt habe. Sechs Sekunden schneller als bei den Norddeutschen ...

Ganz aufgegangen ist die Strategie zwar nicht. Die Verbesserung war kleiner als erhofft, knapp eine Sekunde. Aber trotzdem war da dieses Gefühl, dass noch mehr möglich ist. Gerade auf den letzten 50 Metern.

Ich trainiere ich zweimal pro Woche, dazu kommt seit kurzem noch etwas Athletiktraining mit dem Zugseil. Und ich merke einfach, wie gut mir das alles tut. Nicht nur sportlich. Ich habe inzwischen 15 Kilo abgenommen, fühle mich fitter und habe wieder richtig Lust auf Wettkämpfe. Dieses Gefühl hatte ich viele Jahre lang überhaupt nicht mehr.

Was für mich aber fast genauso wichtig geworden ist wie die Zeiten, ist die Mannschaft. Beim Masters-Cup waren wir mit einem richtig großen PSV-Team vor Ort im Sportforum. Einige waren zum ersten Mal bei einem Wettkampf mit elektronischer Zeitmessung dabei und total begeistert von der Atmosphäre. Dieses gemeinsame Anfeuern, die Staffeln, die Gespräche zwischen den Rennen – das macht unglaublich viel aus. Nicht nur die Zeiten. Sondern das Gefühl, Teil eines Teams zu sein, in dem alle sich gegenseitig befeuern und mitziehen.

Eiko (redaktionell gekürzt)



So sieht lässige Dynamik aus: Eiko beim Schmetterlingsschwimmen.



Was euch wichtig ist

Hier sind die Kernbotschaften aus der Mitgliederbefragung – an der sich viele von euch beteiligt haben.

Im Februar haben wir eine Umfrage initiiert, an der sich weit über 100 Mitglieder beteiligt haben. Das ist großartig – vielen Dank für euer Feedback!

Wir werden nicht jeden Wunsch umsetzen können, für manches werden wir auch Zeit brauchen. Durch die Umfrage wissen wir jedoch, was euch besonders wichtig ist:

Informationswege funktionieren grundsätzlich gut

Die meisten Mitglieder erhalten Informationen aktuell per E-Mail (79 %), persönlich (40 %) oder über den gedruckten Info-Treff (57 %). Die Webseite spielt bislang eine deutlich kleinere Rolle (24 %). Gleichzeitig fühlen sich insgesamt rund 80 % überwiegend gut informiert. Es bestand jedoch der Wunsch nach aktuelleren und klareren Informationen. Insbesondere neue Mitglieder wünschen sich bessere Orientierung und einfacheren Zugang zu Informationen.

Der „Info-Treff“ wird positiv wahrgenommen

Das Vereinsmagazin Info-Treff hat einen guten Rückhalt in der Mitgliedschaft: 56 % lesen ihn regelmäßig und 73 % finden den Umfang „genau richtig“. Besonders beliebt sind die Kategorien Vereinsleben und Termine (65 %), Trainingsberichte (63 %) sowie Wettkämpfe und Ergebnisse (55 %). Gleichzeitig wünschen sich viele eine modernere Gestaltung, kürzere und aktuellere Inhalte, mehr Portraits und Einblicke sowie digitale Alternativen oder Wahl-

möglichkeiten.

Bei der digitalen Kommunikation ist Luft nach oben

Die Webseite wird von den Mitgliedern eher selten besucht. Online besonders wichtig sind den Mitgliedern: Termine (83 %), Trainingszeiten (77 %), Ansprechpartner (74 %) und gute mobile Lesbarkeit (56 %). Wünsche bestanden u.a. nach einem E-Mail-Newsletter, digitalen Vereinsnews sowie zeitnahen Informationen zu Terminen und Wettkämpfen. Nicht eindeutig war der Wunsch nach einem WhatsApp- und Instagramkanal. Hier gab es bei einigen Bedenken u.a. wegen des Datenschutzes.

Engagement und Stimmung im Verein sind positiv

Viele Rückmeldungen waren sehr wertschätzend. Gleichzeitig zeigen einzelne Kommentare Verbesserungsbedarf bei Transparenz, Kommunikation mit Eltern, Zugang zu Informationen sowie Vereins- und Willkommenskultur. Wir haben einige Kommentare zu interessanten Themen herausgegriffen und beantwortet.

Bettina

Mitgliederumfrage

Kommentare und Antworten.

Fragen/Kommentare zu Yolawo:

? „Ich habe als offizielles Mitglied Probleme, Links für die Sessions zu erhalten, um mich anzumelden. Es wäre schön, wenn klar kommuniziert würde, wer diese ausgibt. Man hat sonst das blöde Gefühl, die Leute zu nerven und unerwünscht zu sein.“

! „Yolawo abschaffen“

! „Als Vereinsmitglied hätte ich gern die Links zu allen Schwimmkursen“

Antwort des Vorstands:

Die Links zur Anmeldung bei Yolawo werden vom Fachwart Schwimmen verteilt und richten sich nach eurem aktuellen Trainingsniveau. Wenn ihr hierzu Fragen habt, könnt ihr euch an Jörg wenden. Die Kontaktdaten findet ihr in diesem Heft auf Seite 2.

Die Anmeldung bei Yolawo ist erforderlich, damit die Trainer/-innen das Training sinnvoll planen und bei begrenzter Fläche auch sinnvoll durchführen können (Begrenzung der Teilnehmeranzahl).

Die Anmeldung dient somit der Qualität des Trainings. Bitte nutzt die AnmeldeLinks und storniert das Training, wenn ihr nicht kommen könnt, um Anderen die Teilnahme zu ermöglichen.

Kommentare zum Vereinsgelände:

! „Wir fühlen uns als Familie von der Nutzung des Vereinsgeländes ausgeschlossen. Es ist nicht bekannt, wie die für das Gelände verantwortlichen Personen aussehen und wie sie heißen, welche Nutzungsregeln gelten und an wen man sich in dieser Angelegenheit wann und wie wenden kann (...).“

! „Helfen tue ich gerne bei Aktionen um das Vereinshaus Plötzensee“

Antwort des Vorstands:

Die Nutzung des Vereinsgeländes steht jedem Mitglied offen.

Wir freuen uns als Verein, wenn ihr an der Erhaltung des Geländes aktiv mitwirkt. Zum Beispiel bei der halbjährlichen Laubaktion am Plötzensee.

Bei Fragen könnt ihr eine Email an „info@psv-delphin.de“ senden oder euch vor Ort an unser langjähriges Mitglied Ines Stegemann wenden.

Fünf Fragen an...

Tobias Kowalski (Anprechpartner Freiwasser).

Viele von uns lieben die Schwimmhalle - warum sollen wir uns ins Freiwasser wagen?

Beim Freiwasserschwimmen kann man die Umgebung und die Natur bewusst erleben. Das macht den Reiz aus. Man findet auch keine Wand am Ende der Bahn – das gibt dem Schwimmen Freiheit. Ich empfehle jedem, es einmal auszuprobieren.

Was sollte ich als Anfängerin oder Anfänger beachten?

Die Eigensicherung ist das wichtigste Gebot. Man sollte immer mit einer Sicherheitsboje schwimmen. Die kann man mit einem Gurt am Bauch befestigen. Sie stört nicht beim Schwimmen, man wird gut gesehen und kann bei manchen Modellen sogar Schlüssel oder ähnliches darin verstauen.

Am Anfang empfehle ich in Ufernähe zu schwimmen oder im Stehbereich zu bleiben. Im Freibad Plötzensee kann man am Anfang auch die geleinte 50 Meter Bahn nutzen. Wichtig ist natürlich auch immer vorher prüfend aufs Wetter zu schauen.

Was ist die weiteste Strecke, die du je geschwommen bist?

Das waren 10 km, die bin ich in Schwerin und Neuruppin geschwommen. Das dauerte etwa 3,5 Stunden.

Brrr - Wird einem da nicht kalt?

Am Ende habe ich schon gedacht, jetzt hätte ich gern eine heiße Suppe :-). Wichtig ist, eine gute Vorbereitung – zum Beispiel mit unserer Freiwassergruppe. Auf solchen Strecken wird auch immer Verpflegung angeboten, ich schwimme aber immer durch. Wenn die Wassertemperatur zu kalt wird, werden auch Neoprenanzüge zugelassen. In der Regel bei unter 18 Grad.

Gibt es auch besondere Erlebnisse beim Freiwasserschwimmen?

Im Meer kann man schon die ein oder andere Qualle treffen. Das ist eben die Natur.

Vielen Dank lieber Tobias für das Gespräch!

Bettina



Tobias Kowalski auf dem Vereinsgelände am Plötzensee.

Hinein ins Vergnügen

Am 31. Mai starteten wir in die Freiwassersaison.

Am letzten Tag im Mai war es wieder so weit: Die Freiwassersaison wurde eröffnet!

Rund 20 begeisterte Delphine ließen sich zunächst von Tobias in die hohe Kunst des Freiwasserschwimmens und die örtlichen Gegebenheiten einführen. Anschließend zog eine stattliche Delphinwelle durch den See. Je nach individuellem Kälteempfinden wurde der See ein- bis zweieinhalbmal längs durchquert. Dank der bunten Restubes waren unsere Schwimmerinnen und Schwimmer dabei für alle Badegäste bestens sichtbar.

Mit den steigenden Temperaturen beginnt nun auch die Freiwasser-Wettkampfsaison, auf die man sich natürlich gut vorbereiten sollte.

Unsere Freiwassergruppe organisiert in der Regel zweimal pro Woche ein gemeinsames Morgenschwimmen – meist bereits um 7 Uhr und damit noch vor der offiziellen Öffnung des Bades. Die Termine werden jeweils ein bis zwei Tage vorher über die WhatsApp-Gruppe bekanntgegeben.

Wichtig für Frühaufsteher: Treffpunkt ist pünktlich am Tor. Da das Bad zu dieser Zeit noch geschlossen ist, ist ein individueller Zugang zum Gelände nicht möglich. Tobias hat einen Schlüssel für das Geländetor, Angi zusätzlich für das Vereinshaus. Während des Schwimmens gibt es keine Aufsicht. Bitte sorgt daher für eure eigene Sicherheit und nutzt eine Schwimmboje.

Die Natur hat rund um den See einiges zu bieten: Ein Schwanenpaar zieht derzeit zwei Jungtiere

groß. Bitte schwimmt nicht über die Leinen der Vogelschutzzonen. Mit etwas Glück entdeckt ihr außerdem Schildkröten am Steg, verschiedene Fischarten oder die stattlichen Karpfen im Wasser.

Wer das Bad während der regulären Öffnungszeiten nutzen möchte, kommt über den Haupteingang mit Vereinsausweis kostenfrei hinein. **Fahrräder dürfen dabei allerdings nicht mit ins Bad genommen werden.**

Für Wettkampfinteressierte gilt: Eine Auswahl an Freiwasserveranstaltungen wurde per E-Mail verschickt. Bitte informiert Tobias über eure Anmeldungen, damit mögliche Kostenerstattungen korrekt abgewickelt werden können. Achtet bei Meldungen immer auf den richtigen Vereinsnamen: PSV Delphin 1886. Übrigens: Im Vereinshaus ist für einen angenehmen Aufenthalt fast alles vorhanden. **Bitte haltet das Gelände ordentlich und sauber!**

Claudia



Die PSV-Delphine starten ins Freiwasser.

Zwischen Pinselstrichen und Kraulzügen

Unsere Schwimmerin Elisa Canducci bringt ihre Eindrücke aus dem Wasser mitunter auch auf die Leinwand.

Die Kunst und die Malerei begleiten mich schon mein ganzes Leben. Auch wenn der Schwimmsport nicht im Zentrum meines künstlerischen Schaffens steht, finde ich im Kosmos rund um das Schwimmbecken immer wieder faszinierende Motive. Seit 2017 ziehe ich meine Bahnen beim PSV, doch meine sportliche Reise begann schon als Kind.

Nach einer längeren Pause fand ich ausgerechnet während der Schwangerschaft mit meiner Tochter wieder den Weg zurück ins Wasser – und bin seitdem geblieben.

Hauptberuflich arbeite ich als Kunsttherapeutin in einem Berliner Krankenhaus und bin als bildende Künstlerin und Illustratorin aktiv.

Auch im Verein bringe ich mich seit etwa einem Jahr aktiv ein: als Trainerassistentin in der Trainingsgruppe der Jugendlichen. Zwischen meiner Kunst und dem Schwimmen sehe ich eine tiefe Parallele: „Schwimmen ist, wenn man es technisch sauber ausführt, eine der ästhetischsten Sportarten überhaupt. Und genau wie die Kunst lernt man hier nie aus. Das regelmäßige Üben ist in beiden Bereichen der Schlüssel, um zu wachsen und sich weiterzuentwickeln.“

Was mich am Wasser besonders fasziniert, ist das Gefühl des Schwebens und die scheinbare Aufhebung der Schwerkraft. Darin finde ich eine starke Metapher für meine künstlerische Forschung: Das „Sich-über-Wasser-Halten“ spiegelt für mich die Balance zwischen Drama und Ironie wider – ein ständiges Spiel zwischen dem Sinken

und dem Schweben, oder schlicht zwischen der Eleganz des Sports und dem alltäglichen „Überlebenskampf“ im Becken.

Es ist genau diese Ambivalenz zwischen Tiefe und Leichtigkeit, die ich mit einem Augenzwinkern auf das Papier oder die Leinwand bringe.

Elisa



Elisa Canducci in ihrem Element.





Vereinsmanagement

Änderungen bitte melden!

Bitte informiert unser Vereinsmanagement zeitnah über Veränderungen, die im Rahmen eurer Mitgliedschaft für uns wichtig sind. Das erleichtert uns die Vereinsarbeit erheblich und trägt dazu bei, dass wir euch jederzeit schnell erreichen bzw. informieren können.

Änderungen in den persönlichen Verhältnissen:

- Neue Wohnanschrift
- Neue eMail-Adresse
- Änderung der Telefonnummer (mobil und / oder Festnetz)
- Änderung der Bankverbindung

Wie mache ich das?

Die Mitteilung ganz einfach per WhatsApp, Post oder eMail an

Ines Stegemann

Mail: vereinsmanagement@psv-delphin.de

Post (ab 1.8.): Holländer Str. 65, 13407 Berlin

WhatsApp: 0177 3123116

Hinweise zur Kündigung von Mitgliedschaften:

Kündigungen bitte nicht per Übergabe-Einschreiben oder mit Rückschein versenden. Das setzt voraus, dass wir stets persönlich präsent sind. Bei einem Ehrenamt, nicht immer zu gewährleisten. Eine mögliche Ausnahme besteht nur für die Versandform Einwurf-Einschreiben.

Es geht aber auch, per WhatsApp oder E-Mail den Kontakt zu uns aufzunehmen. Wir werden uns dann zeitnah melden und die weitere Vorgehensweise besprechen.

Grundsätzlich gilt bei der Kündigung einer Mitgliedschaft, dass diese an die Postanschrift des Vereinsmanagements zu richten ist. Mitteilungen bzw. Schreiben an die Anschrift Kirchstraße in Moabit, sind nicht korrekt.

Vielen Dank für eure Aufmerksamkeit.

Frank Seiffert | 2. Vorsitzender

IMPRESSUM

NÄCHSTER

REDAKTIONSSCHLUSS:

30.11.2026

Stand dieser Ausgabe: 16.06.2026

Redaktion:

Andreas Molitor, Claudia Müller, Bettina Schulze

Layout:

Bettina Schulze

Herausgeber:

PSV Delphin 1889

im Polizei-Sport-Verein Berlin e.V.

c/o Sabine Schulz

Winterstraße 7, 13409 Berlin

Erscheinungsweise: 2 x jährlich, 718 Stk.

Nächster Erscheinungstermin:

Januar 2027

Druck und Weiterverarbeitung:

USE gemeinnützige GmbH, Printing House

Wir gratulieren herzlich!

Vom Seepferdchen über Bronze und Silber bis hin zum Schwimmbadzeichen Gold: Wir gratulieren zur bestandenen Prüfung.

Seepferdchen

- Belinay Babacan
- Sarah Boßdorf
- Lemie D'Haese Boloundez
- Ilyas Calis
- Eslina Calis
- Charlotte Nave
- Felicia Minzert
- Klara Tolke
- Theo Rißleben
- Henri Köhne
- Sophia Kneisel
- Anton Grabis
- Pelagia Velichkovikj
- Ece Kazanci
- Ludwig Xu
- Friedrich Xu
- Lorena Kosumi
- Andrey Gerasimov
- Marlene Bohnndorff
- Liyah Suharjanto

Bronze

- Mina Wenzel
- Luca Muller
- Hermine Fischer
- Linea Lukaschek
- Mia Harrah
- Louis Schlegel
- Hannah Hauenstein
- Jannis Meyer
- Eva Gerhadus

Silber

- Charlotte Sturm
- Charlotte Schlegel

(Stand Mai 2026)





Wir gratulieren herzlich!

<i>Vorname</i>	<i>Nachname</i>	<i>Geburtstag</i>
Manfred	Schmidt	90 Jahre, 02.06.1936
Ilona	Wild	70 Jahre, 10.04.1956
Matthias	Klaffer	50 Jahre, 26.03.1976
Oliver	Abdeen	50 Jahre, 15.05.1976
Payam	Sharifi	50 Jahre, 07.03.1976
Markus	Huthmann	50 Jahre, 20.03.1976
Frank	Rauchfuß	50 Jahre, 11.04.1976
Margit	Reinicke	50 Jahre, 06.03.1976
Jurij	Minz	65 Jahre, 22.02.1961



