



# DER SODENER SCHWIMMER

Mitteilungen des Ersten Sodener Schwimm-Clubs 1927 e.V.

**2024**



**24-Stunden-Schwimmen**  
13. und 14. Juli 2024  
von 12:00 bis 12:00 im FreibadSoden

**Jugendversammlung  
18:00**

**Jahreshauptversammlung  
19:00**

**17. Mai 2024**

**[www.essc-online.de](http://www.essc-online.de)**

**Stark für die Menschen,  
stark für die Region.**

[www.frankfurter-volksbank.de](http://www.frankfurter-volksbank.de)

**Frankfurter Volksbank**  
Rhein/Main

Am Bahnhof 2, 65812 Bad Soden am Taunus, Telefon 06196 6006-0



## **Liebe Mitglieder und Freunde des ESSC!**



Mein erstes Jahr als Vorsitzender des ESSC geht dem Ende zu. Einen großen Dank an Christoph Zöller für die in der Vergangenheit als Vorsitzender geleistete Arbeit, für die Unterstützung im Bau-Ausschuss und auch für die perfekte Übergabe des Staffelstabes.

Es war sicherlich ein sehr arbeitsreiches Jahr, zumal ich den Bereich Finanzen in Personalunion (noch) innehabe, aber es war auch ein Jahr geprägt von vielen sportlichen Erfolgen (siehe Berichte auf Seiten 11, 23 und 32).

Das Thema Lehrschwimmbad hat auch dieses Jahr große Teile der Aufmerksamkeit benötigt. Mehr dazu im Bericht Quo vadis (siehe Seite 9).

Im Bereich Schwimmen haben wir nach einem Jahr erfolgreiche Trainingsarbeit zusammen mit dem KSC Kelkheim die Schwimmgemeinschaft SG Soden Kelkheim gegründet. Das hat vielfältige Aufgaben von Abrechnungsmodalitäten, juristischen, steuer- und finanzspezifischen Themen aber auch sportliche Erfolge mit sich gebracht.

Daneben haben wir das Steuerbüro gewechselt, das Thema Kindeswohl und Datenschutz waren wieder verstärkt auf der Tagesordnung unter dem Stichwort Prävention. Der Anstieg der Bürokratie macht auch vor Vereinen keinen Halt. Eine Änderung im Vereinsregister wird so schnell zu einem der letzten großen Abenteuer dieser Zeit. Für Vereine wird es immer schwerer alleine zu bestehen. Das Knüpfen von Kooperationen mit anderen Vereinen, sei es mit dem KSC Kelkheim im Bereich Schwimmen, mit den Kerbebosch in Altenhain oder den Karnevalisten in Neuenhain im Bereich Veranstaltungen wird gegenseitige Hilfe immer wichtiger.

Ich freue mich über die vielen sportlichen Leistungen des vergangenen Jahres. Die besten konnten wir jetzt kürzlich in einer sehr gelungenen Veranstaltung im Sodener Kino ehren. Für die Details verweise ich gerne auf die Berichte in diesem Schwimmer.

Die weiteren Aufgaben gehen auch dieses Jahr sicher nicht aus. Eine der Hauptaufgaben wird es sein, den Vorstand zu komplettieren und das sportliche Angebot weiter auszubauen.

Mit sportlichen Grüßen

*Dirk Müller*  
*Vorstandsvorsitzender*



## Schwimmartikel für

**Babyschwimmen • Schwimmen • Aqua-Fitness**

**[www.asobi.de](http://www.asobi.de)**

ASOBI Aqua Trade Shop and Sports • Kastanienhain 28 • 65812 Bad Soden am Taunus  
Fax: 0 61 74 - 2 55 79 78 • E-mail: [info@asobi.de](mailto:info@asobi.de)

MÖCHTEN SIE  
MEHR RAUM UND ZEIT  
FÜR SICH?

Als Kunst- und Körpertherapeutin unterstütze ich Sie gerne dabei, sich Raum und Zeit zu nehmen, um:

- Sich persönlich weiter zu entwickeln.
- Neue Wege zu gehen.
- Sich zu entspannen.
- Mehr Wohlbefinden zu erlangen.
- Ihre Beziehung lebendig zu gestalten und weiter zu entwickeln.

Neugierig?

Ich freue mich auf Sie!

**Dr. Petra Saltuari**



PRAXIS FÜR KUNST- UND KÖRPERTHERAPIE  
PSYCHOTHERAPIE (HP)  
PAARENTWICKLUNG

Praxis für Kunst- und Körpertherapie & Paarentwicklung  
„Mehr Raum und Zeit für mich!“  
Dr. Petra Saltuari • 0176 - 53 30 30 89  
[petra@saltuari.de](mailto:petra@saltuari.de) • [www.petra-saltuari.de](http://www.petra-saltuari.de)

Foto: Kristopher Roller



## Einladung zur Jugendversammlung

Gemäß § 10 der Satzung des ESSC findet am  
**Freitag, dem 17. Mai 2024, um 18.00 Uhr,**  
im ESSC-Clubhaus, Kelkheimer Str. 72, 65812 Bad Soden am Taunus,  
die diesjährige Jugendversammlung statt.

Wir laden alle Jugendlichen im ESSC herzlich ein  
und bitten um zahlreiche Teilnahme.  
Wahlberechtigt in der Jugendversammlung sind alle Mitglieder ab dem  
vollendeten 10. bis zum vollendeten 20. Lebensjahr.  
Der Jugendsprecher ist wählbar ab dem vollendeten 14. Lebensjahr.

### Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Protokoll der Jugendversammlung vom 22. Juni 2023  
*(Das Protokoll kann bei dem Vorstandsvorsitzenden vorab eingesehen werden und liegt während der Versammlung im Versammlungsraum aus)*
4. Anträge
5. Verschiedenes

Anträge müssen gemäß § 10 der Satzung des ESSC schriftlich mit Begründung bis zum 10. Mai 2024 beim Vorstandsvorsitzenden, Dirk Müller, Königsteiner Str. 166, 65812 Bad Soden am Taunus, vorliegen.

Erster Sodener Schwimm-Club 1927 e.V.

*Eva Schön*

*Jugendsprecherin*

*Dirk Müller*

*Vorstandsvorsitzender*

**Schon den Newsletter abonniert?**

**Der Link dazu befindet sich**

**auf unserer Homepage**

**[www.essc-online.de](http://www.essc-online.de)**



## Ordentliche Mitgliederversammlung als Jahreshauptversammlung

Gemäß § 9 der Satzung des ESSC findet am  
**Freitag, dem 17. Mai 2024, um 19.00 Uhr**  
im ESSC-Clubhaus, Kelkheimer Str. 72, 65812 Bad Soden am Taunus  
eine ordentliche Mitgliederversammlung als Jahreshauptversammlung statt.

Wir laden alle Mitglieder und Eltern der Kinder und Jugendlichen im ESSC  
herzlich ein und bitten um zahlreiche Teilnahme.  
Stimmberechtigt sind alle Mitglieder ab dem vollendeten 16. Lebensjahr,  
wählbar sind sie ab dem vollendeten 18. Lebensjahr.

### Tagesordnung

1. Begrüßung durch den Vorstandsvorsitzenden
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Protokoll der Jahreshauptversammlung vom 22. Juni 2023  
*(Das Protokoll kann bei dem Vorstandsvorsitzenden vorab eingesehen werden und liegt während der JHV im Versammlungsraum aus)*
4. Ehrungen
5. Berichte aus den Vorstandsbereichen  
*(sind im Wesentlichen im Sodener Schwimmer 2024 veröffentlicht)*
6. Diskussion der Berichte
7. Finanzen: Ergebnis 2023 und Planung 2024
8. Beschluss über Rücklagen
9. Bericht der Rechnungsprüfer
10. Beschluss über die Entlastung des Vorstandes
11. Neuwahl Vorstand Finanzen
12. Nachwahl eines Rechnungsprüfers
13. Anträge
14. Verschiedenes

Mit anschließendem Grillen  
auf dem Clubhaus-Vorplatz

Anträge müssen gemäß § 9.2 der Satzung des ESSC schriftlich mit Begründung bis zum 10. Mai 2024 beim Vorstandsvorsitzenden, Dirk Müller, Königsteiner Str. 166, 65812 Bad Soden am Taunus, vorliegen.

Erster Sodener Schwimm-Club 1927 e.V.  
*Dirk Müller*  
*Vorstandsvorsitzender*



## Bericht Finanzen für 2023/2024

Der ESSC steht finanziell solide da. Der Haushaltsplan 2023 war sehr vorsichtig aufgestellt (erwartetes Minus von € 219.696) und hat die Entnahme aus Rücklagen für umfangreiche Architekturleistungen für den Lehrschwimmbadbau in Höhe von € 220.000 beinhaltet. Dieser Betrag wurde nicht abgerufen (siehe Bericht Quo vadis Seite 9). Das Jahr 2023 hat sich als sehr stabil erwiesen und konnte mit einem Gewinn von € 47.782,12 (vorläufig, vor Rücklagen) positiv abgeschlossen werden. Basis sind zum einen unsere Mitglieder, die uns treu geblieben sind und zum zweiten unser sehr vorsichtiges Wirtschaften. Das Vereinsvermögen hat sich dadurch im Kalenderjahr von € 307.468,40 auf € 355.250,52 weiter erhöht.

Die Anzahl unserer Mitglieder war mit 929 (01.01.2024) exakt gleich zum Vorjahr. Der Rückgang der letzten Jahre scheint gestoppt zu sein.

Die Aufstellung des Haushaltsplans für 2024 ist nach dem Grundsatz eines vorsichtigen Optimus erfolgt. Es sind aus heutiger Sicht keine weiteren Kosten für das Lehrschwimmbad vorgesehen. Sollte sich die Situation ändern, muss ggf. ein Nachtragshaushalt aufgestellt und eine außerordentliche Mitgliederversammlung durchgeführt werden. Aus rein operativer Sicht ist auch für 2024 ein positives Ergebnis zu erwarten.

Für die langjährige Unterstützung unserer Arbeit durch finanzielle Zuwendungen der Stadt Bad Soden, der Gemeinde Sulzbach und dem Main-Taunus-Kreis sowie für viele individuelle Spenden und Zuwendungen danke ich im Namen des gesamten Vorstands auch in diesem Jahr allen Spendern ausdrücklich.

Alle genannten Werte basieren auf dem vorläufigen Jahresabschluss ohne Berücksichtigung der Auflösung oder Bildung von Rückstellungen. Dies muss durch die Mitgliederversammlung beschlossen werden, ein entsprechender Vorschlag wird vorgelegt.

Mit sportlichen Grüßen

*Dirk Müller*

Bad Soden, im März 2024

**Meldungen und Berichte aus der Presse  
immer aktuell auf unserer Homepage**

**[www.essc-online.de](http://www.essc-online.de)**



## Ergebnis 2023 (Stand 24.01.2024 – vorläufig)

Einnahmen		Ausgaben	
Mitgliedsbeiträge	180.279,05	<b>Personalausgaben</b>	<b>85.537,99</b>
Aufnahmegebühren	2.105,00	Personalkosten	11.185,76
Spenden	16.800,40	Lohnnebenkosten	5.314,42
Zuschüsse	18.879,55	Übungsleiter	69.037,81
Vermögensverwaltung	4,42		
		<b>Beiträge</b>	<b>6.587,09</b>
		an Verbände	2.742,19
		an Versicherungen	3.844,90
Kursgebühren	6.547,00	<b>Sachausgaben</b>	<b>61.116,97</b>
Meldegelder	9.341,00	Bürobedarf/Verwaltung	17.024,58
Veranstaltungen (Weihnachtsmarkt etc.)	11.483,72	Clubhaus (Raumkosten, Energie, Versicherung, Reparatur)	6.223,70
Werbung	730,00	Kfz	1.078,32
Einnahmen Trainingslager	35.552,82	Vereinszeitung Schwimmer	98,18
Schwimmabzeichen, Prüfungsmarken etc.	19.378,65	Sonstige Sachausgaben (Pokale etc.)	5.067,05
Verkaufsartikel	2.385,42	Abschreibung	2.342,00
		Kosten Trainingslager	29.083,14
		<b>Veranstaltungen/Aufführungen</b>	<b>7.024,23</b>
		Veranstaltungen (24h-Schw., JHV, Sodenia SF etc.)	5.897,30
		Werbekosten	1.126,93
		<b>Sportbetrieb</b>	<b>95.638,63</b>
		Lizenzen und Registrierungen	3.500,00
		Sonstige Wettkämpfe	2.288,00
		Wettkämpfe Schwimmer	28.835,33
		Wettkämpfe Synchro	10.720,03
		Hallenbäder	43.836,96
		Fortbildungen, Fahrtkosten	9.958,31
<b>Gesamteinnahmen</b>	<b>303.487,03</b>	<b>Gesamtausgaben</b>	<b>255.904,91</b>
<b>Jahresüberschuss</b>	<b>47.582,12</b>		





## Plan 2024

Einnahmen		Ausgaben	
Mitgliedsbeiträge	180.000,00	<b>Personalausgaben</b>	<b>85.000,00</b>
Aufnahmegebühren	1.500,00	Personalkosten	10.000,00
Spenden	15.000,00	Lohnnebenkosten	5.000,00
Zuschüsse	18.000,00	Übungsleiter	70.000,00
Vermögensverwaltung	4,00		
		<b>Beiträge</b>	<b>7.000,00</b>
		an Verbände	3.000,00
		an Versicherungen	4.000,00
Kursgebühren	5.000,00	<b>Sachausgaben</b>	<b>56.800,00</b>
Meldegelder	2.000,00	Bürobedarf/Verwaltung	20.000,00
Veranstaltungen (Weihnachtsmarkt etc.)	5.000,00	Clubhaus (Raumkosten, Energie, Versicherung, Reparatur)	8.000,00
Werbung	1.000,00	Kfz	3.000,00
Einnahmen Trainingslager	20.000,00	Vereinszeitung Schwimmer	100,00
Schwimmabzeichen, Prüfungsmarken etc.	1.500,00	Sonstige Sachausgaben (Pokale etc.)	3.000,00
Verkaufsartikel	1.000,00	Abschreibung	2.500,00
		Kosten Trainingslager	20.000,00
		Verkaufsartikel	200,00
		<b>Veranstaltungen/Aufführungen</b>	<b>7.000,00</b>
		Veranstaltungen (24h-Schw., JHV, Sodenia SF etc.)	6.000,00
		Werbekosten	1.000,00
		<b>Sportbetrieb</b>	<b>93.500,00</b>
		Lizenzen und Registrierungen	3.500,00
		Wettkämpfe Schwimmer	29.000,00
		Wettkämpfe Synchro	11.000,00
		Hallenbäder	45.000,00
		Sonstiges (Fortbildungen etc.)	5.000,00
<b>Gesamteinnahmen</b>	<b>250.004,00</b>	<b>Gesamtausgaben</b>	<b>249.300,00</b>
<b>Jahresüberschuss</b>	<b>704,00</b>		



## Quo vadis Anfängerschwimmen – Bau eines Lehrschwimmbads – Fortsetzung

In der letzten Ausgabe des Sodener Schwimmers haben wir über unsere Herausforderungen mit den Wasserflächen (Taunus-Residenzen) des Anfängerschwimmens berichtet. Es wurde auch über die Gründung des Bau-Ausschusses berichtet.

Die Beauftragung des Architekten mit einer ersten groben Vorplanung hat auch einen groben Kostenplan ergeben. Mit diesen Werten wurden verschiedene Szenarien der finanziellen Machbarkeit gerechnet. Auch wurden Gespräche mit der Stadt Bad Soden und mit Banken geführt. Diese Gespräche waren durchweg positiv und sehr konstruktiv. Es wurden keine großen Geschenke, aber trotzdem große Unterstützung zu gesichert.

Jeder konnte in den Medien von den gestiegenen Kosten für das Bauen und dem großen Sprung bei den Zinsen der Immobilien-Kredite lesen. Dies hat sich auch bei unserem Vorhaben ausgewirkt.

Diese Rechnung war im Gegensatz zu früheren Berechnungen (mit anderen Zinssätzen!) ernüchternd. Wenn wir sicher 52 Stunden Schwimmkurse pro Woche selbst anbieten könnten und dabei 80% ausgelastet wären und das Ganze für 48 Wochen im Jahr, dann könnten wir die Zinsen und Tilgung und laufende Kosten gut tragen. Das bedeutet aus vielen Gründen ein sehr großes „Wenn“ und damit ein erhebliches finanzielles Risiko für den Verein.

Alternative wurde die Nutzung zusammen mit einem Partner als Mieter (Modell ähnlich den Taunus-Residenzen) durchgerechnet. Dabei wäre die zu veranschlagende Miete etwa doppelt so hoch, wie die derzeitige Miete, die im Umkreis (bei vollständig abgeschriebenen Bädern) üblich ist. Dies ist also auch kein Weg.

Zeitgleich haben wir erfahren, dass einer der größten Vereine in Hessen ein Lehrschwimmbad gebaut hat. Wir haben uns das vor Ort angeschaut und intensive Gespräche geführt. Das war sehr lehrreich. Viele Randbedingungen sind für uns anders, aber wir können doch weitere Möglichkeiten ausprobieren.

Der Schlüssel zum Erfolg wird es sein, die finanzielle Lücke – die oben beschrieben wurde – zu füllen.

Bei den bisherigen Planungen haben wir zwar ein Clubraum geplant, aber die erzielbaren Gewinne nicht berücksichtigt. Basierend auf den Erfahrungen der Einnahmen des heute bestehenden Clubraums erschien uns das als angemessen. Gleichzeitig besteht hier natürlich auch eine Chance. Eine weitere Modellberechnung zeigt das bei einer vollen Nutzung eines Clubraums sich die Rentabilität massiv verbessert und das ganze Konzept durchaus tragbar wäre. Dieses Modell zeigt auf, dass wir zeigen müssen, dass wir einen Clubraum mit einem attraktiven Angebot in einem weit größeren Rahmen als bisher nutzen müssen. Dies bedeutet gleichzeitig eine Chance, aber auch eine erhebliche Aufgabe. Wir müssen zeigen, dass wir ein deutlich erweitertes Angebot auf die Beine stellen können und dass dieses auch angenommen wird.

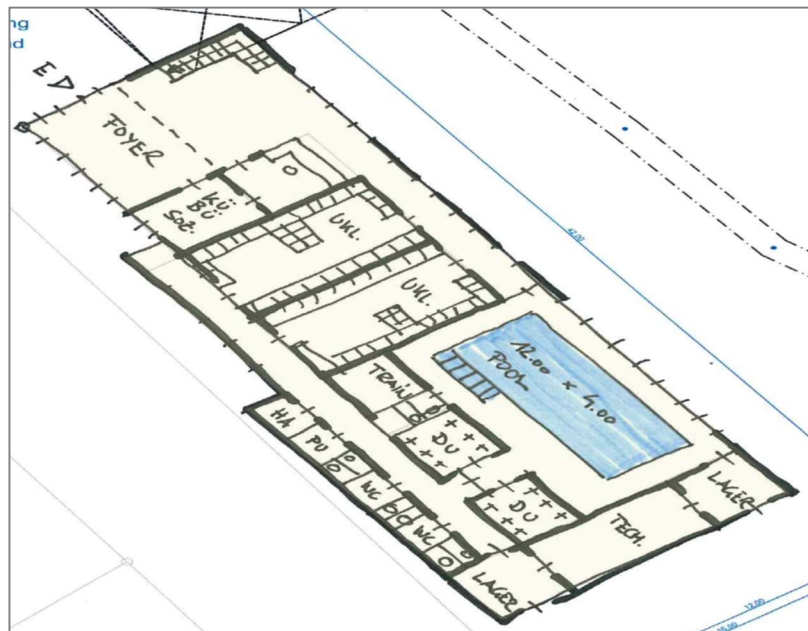


# Quo vadis Anfängerschwimmen

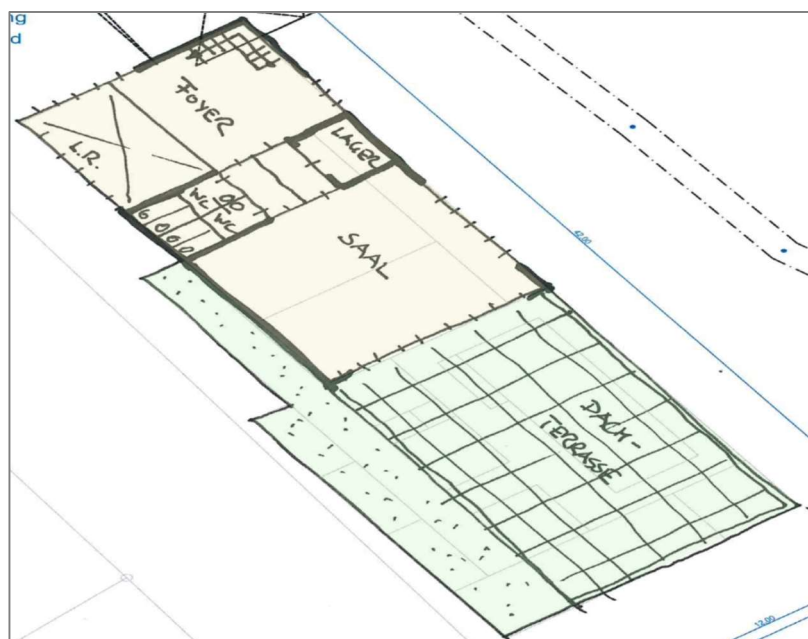
Der Vorstand ist bereit, diese Herausforderung anzunehmen. Ein erster Schritt war es das Angebot von Babys in Bewegung in unserem Clubraum wieder anzubieten und mit einem Mama-Fit Kurs zu ergänzen. Weitere Ideen werden derzeit geprüft. Diese Maßnahmen können sofort angegangen werden. Eine erfolgreiche Steigerung des Angebots ist die Basis bevor weitere Planungen zu einem Neubau durchgeführt werden. Daher hat es auch die im letzten Bericht angekündigte außerordentliche Mitgliederversammlung mit dem Ziel, das Planungspaket durch die Mitglieder zu genehmigen, nicht gegeben.

In der Zwischenzeit haben uns weitere positive Nachrichten von dem in Bau befindlichen Kreisschwimmbad neben der Konrad-Adenauer-Schule in Kriftel. Dieses Bad mit 6 Bahnen zu 25 Meter und einem Lehrschwimmbecken kann auch zu einem gewissen Teil von dem ESSC genutzt werden. Dieses Bad reicht nicht, um den Bedarf an Wasserflächen zu decken. Allerdings verbessert es voraussichtlich ab August doch deutlich die derzeitige Situation.

Erdgeschoss:



Obergeschoss:





## Jahresbericht Schwimmsport – von Mai 2023 bis März 2024

Knapp 100 Kinder befinden sich in der Grundausbildung Schwimmen in der Rhein-Main-Therme. Zur Grundausbildung zählen Anfänger sowie Kinder mit Seepferdchen, Bronze und Silberabzeichen. Zwei „Hobbygruppen“ sind ebenfalls Samstagnachmittag in der RMT. Als Trainer fungieren hier Lukas Müller, Frank Bender, Carolina Schäfer und einige Aktive der Wettkampfmannschaft. Eva Schön hat die C-Trainer Ausbildung absolviert und wird hier eigenständig Gruppen leiten.

Im Sommer 2023 fanden Anfängerkurse im FreibadSoden statt. Thomas Wagner hat hier beide Gruppen betreut und die Kinder zum Seepferdchen geführt. Trainingsorte für die Wettkampfschwimmer sind weiterhin das Hallenbad der ISF, die Hallenbäder in Hofheim und Kelsterbach und die Rosenhöhe in Offenbach. Ab September 2024 werden wir einiges an Wasserfläche im neuen Kreisbad in Kriftel bekommen.



Im Waldschwimmbad Neu-Isenburg fanden am 3. und 4. Juni bei besten Wetterbedingungen die **Bezirksmeisterschaften 2023** statt. Beim Kampf um die diesjährigen Titel gingen 533 Schwimmer\*innen aus 22 Vereinen des Bezirks Mitte an den Start, darunter auch 37 Aktive des ESSC. Auch wenn es morgens doch noch ziemlich frisch war, freuten sich spätestens mittags alle über die Schatten spendenden Bäume. Die Schwimmer\*innen erzielten eine gute

Ausbeute, auch wenn wir im zweiten Jahr nach der Corona-Pause noch nicht wieder an unsere „alten“ Leistungen anknüpfen konnten. 19 Mädchen und 18 Jungen im Alter zwischen acht und achtzehn Jahren gingen 187-mal an den Start und sicherten sich 33 Medaillen und 108 persönliche Bestzeiten.

Insgesamt 3 Bezirksjahrgangsmeistertitel gingen auf das Konto des ESSC. Zudem kamen 14 Vizetitel und 16 dritte Plätze. Julius Koch wurde über 100m Schmetterling und 50m Rücken Bezirksjahrgangsmeister, zudem einmal Vizemeister (100m Rücken) und erhielt zweimal Bronze (200m Lagen, 50m Freistil). Florian Wiese sicherte sich den Titel als Bezirksjahrgangsmeister über 200m Schmetterling. Zudem wurde er einmal Vizemeister (200m Freistil) und stand zweimal als Dritter auf dem Treppchen (100m Rücken, 100m Schmetterling). Vizemeister\*in wurden: Louisa F. über 50m Brust, Julian Koch über 100m Freistil (sowie Dritter über 50m Freistil), Miriam Koch über 200m Rücken (sowie Dritte über 50m Rücken), Emma Rüter über 200m Freistil und 50m Brust, Carlotta Schäfer über 200m Brust und 50m Brust, Hannah Schappert über 100m Freistil, 100m Rücken und 100m Schmetterling (sowie Dritte 200m Freistil, 200m Lagen, 50m Freistil und 50m Schmetterling), Eva Schön über 100m Rücken und 50m Schmetterling (sowie Dritte über 200m und 50m Freistil). Über Bronzemedailles oder sehr gute Platzierungen sowie persönliche Bestzeiten können sich ebenfalls freuen:



Agatha Denisovich, David Deschner, Maja Gedeon, Jasper Ger, Alexander Golze (Bronze über 100m Brust), Julian Groß, Lara H., Jana Habets, Domino Hendriks, Nils Herr, Niklas Höft, Julie Houdek, Yun Joo, Maiia Kapshevich, Leonard Kunz, Luise Kunz, Leonard Landwehrmann, Helena Lattek, Pablo Legendre, Emma Losert, Mathilda Mora, Diego Rump (Bronze über 100m Brust), Emil Schön (Bronze über 200m Rücken), Liza Wagner (Bronze über 200m Lagen), Lena Werner, Tobias Wiese und Philipp Windrich.



Bei heißen Temperaturen gingen 14 Schwimmer\*innen bei den **Hessischen Jahrgangsmeisterschaften** am 8. und 9. Juli 2023 im Seedammbad Bad Homburg insgesamt 45-mal an den Start. Das Team mit Emil Eichmeyer, Erik Eichmeyer, Jasper Ger, Nils Herr, Yun Joo, Miriam Koch, Leonard Kunz, Helena Lattek, Diego Rump, Hannah Schappert, Ming Yu Wang, Florian Wiese, Tobias Wiese und Philipp Windrich sammelte fleißig persönliche Bestzeiten und in

einem starken Umfeld gute Platzierungen. Herausragend waren die Leistungen von Hannah Schappert, die sich bei ihren ersten hessischen Meisterschaften direkt einen Vize-Jahrgangstitel und drei Bronzemedailles erkämpfte: Über 100m Rücken sicherte sie sich mit einer persönlichen Bestzeit von 01:32,45 in einem hart umkämpften Feld den Titel der Hessische Vize-Jahrgangsmeisterin 2023 im Jahrgang 2013. Über 200m Rücken schlug sie nur 23 Hundertstel hinter der Zweitplatzierten an und stand als Dritte auf dem begehrten Treppchen. Bei 100m Freistil und 100m Schmetterling gewann sie ebenfalls die Bronzemedaille. Wir gratulieren allen Teilnehmer\*innen zu ihren tollen Leistungen bei dieser hochkarätigen Meisterschaft.

## **Weltklasse im Bad Sodener Freibad**

Am Wochenende vom 15. und 16. Juli richtete der Erste Sodener Schwimm-Club 1927 e.V. die **Hessischen Meisterschaften** im Schwimmen im heimischen Freibad aus. Zum Abschluss der Saison fanden sich knapp 370 Schwimmer\*innen aus 44 Vereinen aus ganz Hessen ein. Neben vielen nationalen Top-Athlet\*innen waren mit Chad le Clos und Marco Koch (beide SG Frankfurt) auch ein Olympiasieger (2012) sowie ein Welt- und Europameister (2014/2015) am Start. Mit viel Energie und Einsatz gelang es dem Organisationsteam und vielen Helfern des ausrichtenden Vereins bei sehr sommerlichen Temperaturen ein gelungenes Event durchzuführen. Auch außerhalb des Beckens war die Stimmung gut. Besucher und Aktive freuten sich über die leckere Verpflegung, die von vielen freiwilligen Helfern des Vereins angeboten wurde. Auf 30 Einzel- und fünf Staffelstrecken wurde über 1400-mal gestartet und um die begehrten Titel gekämpft. Auch der ESSC konnte einige beachtenswerte Erfolge verzeichnen. Pablo Legendre (Jg. 2006) wurde Hessischer Jahrgangsmeister über 100m Brust. Sara Fülöp (Jg. 2005) erreichte über 200m Rücken und 100m Rücken den zweiten Platz in der Jahrgangswertung. Im Jahrgang 2009 wurde Emma Rüter Vizejahrgangsmeisterin über 50m Brust und erzielte eine Bronzemedaille über 50m Freistil.



Ebenso eine Bronzemedaille in der Jahrgangswertung gab es für Carolina Schäfer (Jg. 2004) über 50m Brust. Für diesen hochkarätigen Wettkampf hatten sich auch Alexander Golze, Julian Koch, Carlotta Schäfer, Hadrien Legendre, Eva Schön und Liza Wagner qualifiziert und zeigten hervorragende Leistungen in ihren Einzel- und Staffelläufen. Mit den erfolgreichen Sodener Schwimmer\*innen fieberte auch Bürgermeister Frank Blasch mit, der am Sonntag die Siegerehrungen der Finalläufe durchführte. Die erfolgreichste Mannschaft der Meisterschaften war die SG Frankfurt, die auch mit den meisten Aktiven an den Start ging. Weltmeister Marco Koch wurde seiner Favoritenrolle gerecht und gewann bei jedem seiner Starts (fünfmal Einzel und zweimal Staffel) den hessischen Meistertitel. Chad le Clos startete zweimal in der Staffel für die SG Frankfurt, die ebenfalls beide Rennen gewinnen konnte.



Vom 14. bis 15. Oktober lud der Hofheimer SC zu den **offenen Kreismeisterschaften des Hoch- und Maintaunuskreises** in die Rhein-Main-Therme ein. Rund 380 Teilnehmer\*innen kämpften in 1950 Starts um Titel und Medaillen. 44 ESSCler\*innen gingen an den Start. Die jüngsten Vertreter\*innen waren Juna Mora und Johann Schappert (beide Jg. 2016) und mit Moritz Deibel sprang auch ein Vertreter des Trainerteams ins Wasser. Die Ausbeute kann sich wirklich sehen lassen: 35 Kreismeistertitel, 40 Silbermedaillen, 33 dritte Plätze sowie drei neue Vereinsrekorde. Kreismeister\*innen des Main-Taunus-Kreises 2023 wurden: Moritz Deibel (3x), Balint Gerencser (3x), Timo Habets (1x), Nils Herr (2x), Yun Joo (1x), Julius Koch (4x), Diego Rump (3x), Emma Rüter (8x), Hannah Schappert (1x), Eva Schön (2x), Liza Wagner (1x), Lena Werner (1x), Tim Werner (1x) und Florian Wiese (4x). Über 25m Schmetterling konnten Mia Cosgrove und Leonard Landwehrmann jeweils einen neuen Vereinsrekord aufstellen. Emma Rüter gelang ein neuer Vereinsrekord über 50m Brust. Auch die anderen Aktiven des ESSC sammelten Medaillen, persönliche Bestzeiten und/oder weitere Qualifikationszeiten für die bevorstehenden Hessischen Meisterschaften: Nele-Sophie Buchwald, Victoria Chrzan, Agatha Denisovich, David Deschner, Emil Eichmeyer, Maja Gedeon, Marie Gorzolla, Jana Habets, Leonie Habets, Domino Hendriks, Ho-Cheon Kang, Maiia Kapshevich, Miriam Koch, Charlotte Krawietz, Leonard Kunz, Luise Kunz, Mareike L., Helena Lattek, Juna Mora, Mathilda Mora, Thiago Rump, Carlotta Schäfer, Johann Schappert, Emil Schön, Ming Yu Wang, Tobias Wiese und Philipp Windrich.

Am Ende der hessischen Herbstferien und dem letzten Oktoberwochenende fand der **Bezirksentscheid Mitte der Deutschen Mannschaftsmeisterschaften (DMSJ)** in Eschborn statt. Der ESSC ging mit drei Mannschaften an den Start: Je ein Team der weiblichen Jugend E (Jg. 2015/2014) und D (Jg. 2012/2013) und ein Jungs-Team der Jugend C (Jg. 2010/2011).



Bei dem jährlich ausgetragenen Mannschaftswettkampf werden in allen Schwimmdisziplinen Staffeln geschwommen. Am Ende des zweitägigen Events werden aus der Gesamtzeit der fünf geschwommenen Staffeln die Sieger gekürt. Zudem qualifizieren sich die sechs zeit schnellsten Mannschaften aus allen vier Bezirken in Hessen für den Hessischen Endkampf. Das Team der Jugend E mit Nele-Sophie Buchwald, Mia Cosgrove, Louisa F., Charlotte

Krawietz, Mathilda Mora und Sophia Neugebauer konnte sich überraschenderweise gegen die starke Konkurrenz der anderen fünf Teams behaupten und erreichte den 3. Platz! Damit können sie sich berechnete Hoffnung auf eine Teilnahme am hessischen Endkampf Ende November in Höchst machen - wir drücken die Daumen. Als zweite Mädchenmannschaft standen Agatha Denisovich, Maja Gedeon, Luise Kunz, Helena Lattek und Hannah Schappert auf dem Startblock. Insgesamt elf Mannschaften waren in der Altersklasse gemeldet und lieferten sich spannende Rennen. Die ESSC-Mädchen landeten am Ende des Wettkampfs auf einem guten sechsten Platz. Emil Eichmeyer, Yun Joo, Leonard Kunz, Diego Rump und Ming Yu Wang gingen in der Jugend C an den Start und kämpften in einem starken Feld mit sechs anderen Mannschaften um die besten Zeiten. Am Ende hat es leider nur zu Platz sieben gereicht.



Ein toller Erfolg für die weibliche E-Jugend (Jg. 2014/2015) des ESSC. Nach fünf spannenden Staffelwettbewerben belegten die "ESSC-Zwerge" in der Gesamtzeit von 14:49.85 Min. einen hervorragenden 3. Rang mit nur 12.44 Sek. Abstand zum Zweitplatzierten. Am 25. - 26.11.23 fand der **Hessische Endkampf der DSMJ** im Hallenbad Frankfurt-Höchst statt. Unter

lauten Anfeuerungsrufen der Trainer Moritz Deibel und Frank Bender sowie aller Eltern der Aktiven verbesserten sich Nele-Sophie Buchwald, Mia Cosgrove, Louisa F., Charlotte Krawietz, Mathilda Mora und Maria Golze um mehr als 1 Minute zum Bezirksentscheid vor vier Wochen. Bei dem jährlich ausgetragenen Mannschaftswettkampf werden in allen Schwimmdisziplinen Staffeln geschwommen. Am Ende des zweitägigen Events werden aus der Gesamtzeit der fünf geschwommenen Staffeln die Sieger gekürt.





Am ersten Novemberwochenende sprangen fünf Mädchen und zehn Jungs des ESSC insgesamt 62-mal bei den **Hessischen Jahrgangsmesterschaften und offenen Meisterschaften** im Höchster Hallenbad ins Wasser. Trotz einiger krankheitsbedingter Ausfälle wurde die Leistung der ESSCler mit tollen Platzierungen belohnt. Erfolgreichster Sportler war Julius Koch. 5-mal schaffte er es im Jahrgang 2013 auf das Podest und freute sich über zwei Hessische Meistertitel über 100m Schmetterling und 200m Rücken, einen Vizemeister über 50m Rücken und zwei Bronzemedailles (100m Brust und 100m Lagen)! Auch für Hannah Schappert gab es einen Vizemeistertitel über 50m Schmetterling. Je

zweimal auf dem dritten Platz landeten Yun Joo (50m Brust und 50m Freistil) und Pablo Legendre (100m Brust und 100m Schmetterling). Emil Eichmeyer, Jasper Ger, Alexander Golze, Lara H., Julian Koch, Miriam Koch, Diego Rump, Carlotta Schäfer, Eva Schön, Florian Wiese und Tobias Wiese gingen ebenfalls erfolgreich an den Start.



Die 1. Damen-Mannschaft des Ersten Sodener SC hat leider nicht den Klassenerhalt in der Oberliga geschafft und steigen damit in die Landesliga ab. 12.484 Punkten und damit 500 Punkte weniger als beim letzten Durchgang reichten leider nicht zum Klassenerhalt. Bei der **Deutschen Mannschaftsmesterschaften (DMS)**, die von Bezirksliga bis 1. Bundesliga geschwommen werden, muss das komplette Wettkampfprogramm (50m bis 800/1500m) zweimal durchgeschwommen werden. Jeder Aktive darf max. 5-mal an den Start gehen. Das ESSC-Damenteam ging im Hallenbad in Frankfurt-Höchst mit 9 Aktiven an den Start und musste hierbei auch krankheitsbedingte Ausfälle kompensieren. Emsigste Punktesammlerinnen mit jeweils 5 Starts waren Sara Fülöp (2231 P.) und Emma Rüter mit 2105 Punkten. Emma kam mit der Zeit über 50m Freistil in 0:28.84 min. als einzige Schwimmerin über 500 Punkte. Carlotta Schäfer schwamm über 50m Brust ihre beste Leistung in 0:38.34 min. Miriam Koch erreichte ihre höchste Punktzahl (373 P.) über 100m Rücken in 1:16.24. Eva Schön hatte vier Starts und erreichte das beste Ergebnis mit 471 Punkte über 100m Freistil in 1:04.55 min. Luise Kunz und Hannah Schappert hatten erstmals einen Einsatz bei einer DMS und überzeugten mit ihren Leistungen. Hannah schwamm über 100m Schmetterling (1:26.76 min.) über 6 Sekunden schneller und Luise kam über 200m Rücken auf ihr bestes Ergebnis. Emma Losert hatte zwei, Liza Wagner hatte drei Starts.



Einen Tag nach den Damen starteten die Herren in der **Hessischen Landesliga** in Marburg. Mit 13.964 Punkten erreichten die ESSC-Herren den 6. Platz und damit dieselbe Platzierung wie beim letzten Durchgang im Februar dieses Jahres, obwohl es 1.700 Punkte mehr waren. Für die 1. Herrenmannschaft gingen Elias Alfonso, Frank Bender, Moritz Deibel, Jasper Ger, Alexander Golze, Felix Kempfer, Julian Koch, Leonard Kunz, Pablo Legendre, Diego Rump und Florian Wiese an den Start.

Emsigste Punktesammler mit jeweils 5 Starts waren Felix Kempfer (2759 P.), Julian Koch (1985 P.) und Pablo Legendre (1959 P.). Die höchste Punktzahl je Strecke erreichte Felix Kempfer, der für die DMS extra aus der Schweiz nach Deutschland anreiste: über 50m Schmetterling in 0:25.92 min. 590 P. und 50m Freistil in 0:24.11 min. 584 P. Die Zeiten in 50m Schmetterling sowie 50m Rücken (0:27.48. min.) und 100m Lagen (1:01.01 min.) bedeuteten gleichzeitig auch Vereinsrekord. Moritz Deibel startete in allen 50m Strecken und bekam hierfür viele Punkte. Alexander Golze schwamm viermal persönliche Bestzeiten, u.a. die 100m Brust in 1:10.43 min. Julian Koch überzeugte über 200m Rücken in 2:26.54 min. und Florian Wiese musste mit „schweren“ Strecken bewältigen (200m, 400m und 800m Freistil sowie 200m Schmetterling und 400m Lagen). Leonard Kunz (1500m Kraul), Jasper Ger (100m und 200m Rücken) und Diego Rump (200m Brust) gingen erstmals für das DMS-Team an den Start.



Auf den 15 **Einladungs- und Schwimmwettkämpfen** in 2023 /2024 in Aschaffenburg, Bad Homburg, Bochum, Darmstadt, Dortmund, Eschborn, Frankfurt, Hofheim, Kelkheim, Langen, Oberursel, Köln und Sindelfingen hatten die Schwimmer 1885 Starts und belegten viele vordere Plätze und erzielten hier 280 goldene, 251 silberne und 220 bronzene Medaillen. 1283 persönliche Bestzeiten wurden bei den „normalen“

Schwimmwettkämpfen geschwommen.



Drei Schwimmer schafften für 2023 Kaderzeiten. In den Nachwuchskader (TSP-Kader) schafften die Qualifikation durch die sog. „Rudolphpunkte“ Yun Joo In die unterschiedlichen Hessischen Landeskader qualifizierten sich aufgrund ihrer Leistungen Emma Rüter und Sara Fülöp (beide VK). Für die Saison 2023/2024 wurden Pablo Legendre (VK) sowie erstmals Hannah Schappert und Julius Koch (TSP) in den Hessischen Landeskader aufgenommen.



Den Eltern und Zeitnehmern gilt meine höchste Anerkennung, die sich auf den Wettkämpfen als Kampfrichter zur Verfügung stellten, sowie allen Helfern, die uns in jedweder Form den Verein unterstützten.

Spannende Wettkämpfe gab es bei den **Deutschen Meisterschaften der Master** im Schwimmen in Dresden vom 02. - 04.06.2023. Dieses Jahr war der ESSC nur mit zwei Teilnehmern vertreten. Bei dieser Veranstaltung, die mit mehr als 3600 Meldungen /Starts 1500 Meldungen mehr hatte als in 2022, wurden auch viele Deutsche Rekorde und den ein oder anderen Europarekord geschwommen. In einem spannenden Rennen schwamm Franz Fischer in der AK 75 auf den 3. Platz über 50m Brust in 0:47.50. Frank Bender belegte in derselben Disziplin den 5. Rang in der AK 55. Auf den Plätzen 4 und 5 schwamm Franz über die 100m (persönliche Bestzeit) und 50m Rücken. Frank belegte weiterhin die Plätze 7 und 8. Dies war der letzte Wettkampf für die bevorstehenden Weltmeisterschaften Anfang August in Fukuoka /Japan, an dem vom ESSC Frank Bender teilnimmt.



Eine Woche nach der regulären Schwimm-WM fanden vom 05.-11.08.2023 die World Aquatics Masters Championships bzw. Weltmeisterschaften im Schwimmen in Fukuoka/Japan statt. Mehr als 6000 Aktive absolvierten 13.500 Starts an 7 Tagen. Deutschland stellte mit 424 Teilnehmern nach Gastgeber Japan, USA und Australien die viertgrößte Mannschaft bei dieser WM. Die jüngsten Teilnehmer starteten in der AK 25, die ältesten in der AK 95. Vom Ersten Sodener Schwimm-Club nahm Frank Bender in der AK 55-59 teil. Frank hatte am zweiten Wettkampftag seinen ersten Start und belegte über 200m Rücken in 2:42.64 min. einen hervorragenden 10. Platz. Ganz knapp an den Top Ten vorbei schwamm er als 13. über 50m Brust (0:36.04 min.) und als 14. über

200m Lagen in 2:41.99 min. Weitere Platzierungen sind über 50m Schmetterling als 42. und 50m Freistil als 44. Über 50m Freistil wäre auch ein viel besserer Platz möglich gewesen, wäre da nicht der Fehlstart eines Schwimmers auf der Nebenbahn gewesen, der für Irritationen der anderen Schwimmer geführt hat. Es war ein tolles Erlebnis auf großer Bühne zu starten und auch zu sehen, zu welchen Leistungen man auch im Alter noch in der Lage ist. Das deutsche Team kam auf 40 Gold-, 32 Silber- und 19 Bronzemedailles. Es wurden viele Landes- und Europarekorde sowie 33 Weltrekorde und 132 Championship-Rekorde geschwommen. Hier einige Beispiele:



AK 90-94: 50m Freistil 0:44.01 min., AK 85-89: 50m Freistil 0:33.74 min. und 100m Freistil 1:22.25, AK 40-44: 50m Freistil 0:23.14 min. Es gingen auch ehemalige Olympiasieger und Teilnehmer regulärer Europa- und Weltmeisterschaften aus früheren Jahren an den Start: u.a. Antony Ervin (Olympiasieger 2000 und 2016 sowie Weltmeister 2001 in Fukuoka über 50m Freistil) aus den USA.



Am 2. September 2023 startete die ESSC-Mastermannschaft bei den **Hessischen Langbahnmeisterschaften der Master** in Gelnhausen. Das Team mit Franz Fischer (4 Goldmedaillen), Timon Krämer (2 Gold), Stefan John (2 Gold), Ulrike Zöller (1 Gold) und Ute Kleyensteuber erreichten 9 Gold-, 5 Silber- und 1 Bronzemedailien. Die Mixed-Staffeln waren in der AK 200+ stark besetzt. Bei der Lagen- und Freistil-Staffel reichte es jeweils nur für den 4. Platz.

Am 11. November 2023 startete die ESSC-Mastermannschaft auf den **Hessischen Kurzbahnmeisterschaften der Master** in Dieburg. Sie dienten dem ESSC-Team als kleine Formüberprüfung für die bevorstehenden Deutschen Meisterschaften in Hannover vom 1.-3.12.2023. Das Team mit Franz Fischer (4 Einzeltitel), Timon Krämer (2 Einzeltitel), Stefan John (3 Einzeltitel) und Andreas Schramke (1 Einzeltitel) schwammen sich 10 Gold-, 6 Silber- und 4 Bronzemedailien. In der Mehrkampfwertung der Meisterschaften (Punkteaddition aus drei Schwimmstrecken) erzielten Franz Fischer in der AK 75 1215 Punkte, Stefan John (AK 60) mit 1540 Punkte und Timon Krämer (AK 20) mit 1836 Punkte. Auf jeweils einen 6. Rang kamen Ute Kleyensteuber, Edward Cosgrove und Andreas Schramke.



Mit Franz Fischer und Frank Bender gingen zwei Aktive für den ESSC bei den stark besetzten **Deutschen Kurzbahnmeisterschaften der Master** in Hannover an den Start. Nach Meldeschluss war der Ausrichter von den hohen Meldezahlen überrascht und musste kurzfristig die Anfangszeiten vorlegen und bat die Vereine auch, die Meldungen zu reduzieren. Trotzdem schafften es die SGS Hannover der Ausrichter, diese Veranstaltung perfekt durchzuführen. 1500 Teil-

nehmer aus ganz Deutschland gaben mehr als 5000 Meldungen ab. In den vergangenen Jahren waren es üblicherweise ca. 3000 Starts. So gingen in einzelnen Altersklassen teilweise 140 Aktive in einer Disziplin an den Start.



Bestes Ergebnis erzielte Franz Fischer, der in der AK 75 über 100m Rücken überraschend den Vizemeistertitel in 1:51.73 min. gewann und über 100m Brust die Bronzemedaille gewann. In der AK 55 hatte Frank Bender sechs Starts zu absolvieren. Seine beste Platzierung erreichte er über 200m Lagen und wurde hier Fünfter genauso wie im Mehrkampf (100m Lagen und alle vier 50m Strecken) mit 3441 Punkten.

Erfolgreicher Start für die ESSC-Masterschwimmer bei den **38. Internationalen Deutschen Meisterschaften „Lange Strecken“**. Auf der 50m Bahn gingen 208 Vereine mit über 550 Aktiven aus dem Inland und Spanien, Schweiz und Österreich an den Start. Mehr als 1000 Starts wurden vom 26. - 28. Januar 2024 in der Klingenhalle in Solingen absolviert. Für den ESSC starteten Franz Fischer, Stefan John und Frank Bender. Franz startet in diesem Jahr das letzte Mal in der AK 75 und wurde hier Deutscher Meister über 200m Rücken in 4:13.11 min. Über 200m Brust wurde er knapp Vierter. Stefan John (AK 65) schwamm die 200m Brust und platzierte sich ebenfalls auf den 4. Rang. Frank Bender belegte die Plätze 5 (200m Rücken) und 6 (400m Freistil) in der AK 55.



Vom 23. Februar bis zum 3. März fanden in diesem Jahr die **World Aquatics Masters Championships in Doha** (Katar) statt. Neben den Schwimmwettkämpfen wurden auch Wettkämpfe im Wasserball, Synchronschwimmen, Turmspringen und Freiwasserschwimmen durchgeführt. Der Erste Sodener SC war mit einem kleinen Team bestehend aus Franz Fischer (AK 75) und Andreas Schramke (AK 50) vertreten. Für die Masterschwimmer sind diese Wett-

kämpfe immer ein schöner Anlass, sich auf höchstem Niveau zu messen und daraus auch Motivation für das permanente Training zu ziehen. Natürlich bieten diese internationalen Wettkämpfe auch genügend Möglichkeiten, das Gastgeberland, die Kultur und die Menschen kennen zu lernen. Doha im Februar, das bedeutet auch sommerliche Temperaturen bei blauem Himmel. Insgesamt waren ca. 2.500 Masterschwimmer aus aller Welt in Doha am Start. Die Wettkämpfe fanden im Aspire Center statt, welches tatsächlich weltmeisterliche Bedingungen bot: Neben dem Wettkampfbecken mit 10 Bahnen à 50 Metern gab es gleich zwei Becken zum Aufwärmen und Ausschwimmen, die die gleiche Größe hatten. Zudem gab es auch für die Wettkämpfe im Wasserball und Synchronschwimmen separate Becken. Auch der Weg zwischen Aspire Dome und Metro-Station musste nicht zu Fuß zurückgelegt werden – es fuhr den ganzen Tag Shuttle-Busse. Die Masters Championships waren auf höchstem Niveau organisiert und alles funktionierte reibungslos. Franz und Andreas sind mit ihren erreichten Zeiten zufrieden. Franz konnte sich 5-mal unter den Top Ten platzieren und erreichte über 100m Rücken den vierten Rang. Andreas konnte an die Zeiten anknüpfen, die er bereits vor 7 bzw. 8 Jahren in London und in Budapest geschwommen ist. Bei mehreren geschwommenen Disziplinen begegneten sich die Athleten dann auch immer wieder im Call Room, auf den



Tribünen und in den Einschwimmbecken. So kam man dann auch mit anderen Schwimmern aus aller Welt in Kontakt. Oftmals ergab sich ein interessanter Austausch über die Teams, die einzelnen Personen und deren Weg zum Schwimmen sowie über aktuelle Trainingsmöglichkeiten. Zum Abschied hieß es dann immer: „See you next year in Singapore!“

## Schwimmgemeinschaft Soden Kelkheim

Nach einer „Testphase“ in Form einer Trainingsgemeinschaft von 15 Monaten beschlossen der ESSC und der Kelkheimer SC auch auf Wettkampf gemeinschaftlich anzutreten und gründeten zum Februar die **SG Soden Kelkheim**. ESSC und KSC wollen als Gemeinschaft stärker auf Wettkämpfen auftreten und vor allem in Mannschafts- und Staffelwettbewerben punkten. Die Trainingsgruppen werden von Trainern beider Vereine geleitet: LG 1 Lukas Müller, LG 2 Ivan Makarskyi und LG 3 von Moritz Deibel und Frank Bender. Ivan ist als neuer Trainer seit November 2023 dabei, und wir und vor allem auch die Aktiven sind mit ihm als Trainer hochzufrieden. Die LG 4 wird aktuell von Julia Knop und Sigi Kleemann geleitet.

*Frank Bender*

- Markisen
- Edelstahlverarbeitung
- Alu-Fenster und Türen
- Garagen-Torantriebe
- Gitter, Zäune und Geländer

# Berthold Kilp

## METALLBAU



☞ *Individuelles Design*

☞ *kompetente Beratung und*

☞ *fachgerechte Ausführung*

*sind die drei Standbeine unserer Firmenphilosophie.  
Trauen Sie sich, uns anzusprechen, wir finden auch  
für Ihr Problem eine passende Lösung.*

Berthold Kilp  
Bauschlosserei · Metallbau GmbH  
Zeilsheimer Straße 1 · 65779 Kelkheim/Ts.  
Telefon (0 61 95) 28 95 · Telefax (0 61 95) 23 91  
email [info@metallgestaltung-kilp.de](mailto:info@metallgestaltung-kilp.de)  
[www.metallgestaltung-kilp.de](http://www.metallgestaltung-kilp.de)

**Beratung · Planung · Montage · Kundendienst**



# Glückwunschkarten

finden Sie bei uns für fast jeden Anlass

*Schreibwaren* **MARX**

Königsteiner Str. 52

65812 Bad Soden



## Jahresbericht Synchronschwimmen 2023

Das Wettkampffahr 2023 gehört für die Synchronschwimmerinnen zum erfolgreichsten in den letzten Jahren. Mit einem deutschen Meistertitel, vier Vizemeistertiteln und sehr vielen guten weiteren Platzierungen, ist es in die Historie des Synchronschwimmens im Ersten Sodener Schwimm-Club eingegangen. Herausragende Athletinnen 2023 sind Lea Kittinger und Hanna Kinga Bekesi, die Deutsche Meisterinnen im Duett der Juniorenklasse sind.

Wir starteten im Februar mit dem **DSV-Pflichtranglistenturnier**, das nach 3 Jahren Coronapause nun endlich wieder stattfinden konnte. Der Wettkampf fand in Berlin statt und es nahmen acht Schwimmerinnen der Jugendklasse C (13-15 Jahre) und D (10-12 Jahre) aus Bad Soden teil. Im Vorkampf zeigten Aurora Mancini und Marie Bremer sehr gute Leistungen und beide konnten sich für die Jahrgangsfinals qualifizieren.

Ergebnisse in den Finals:   7. Platz Jahrgang 2009 Aurora Mancini  
                                      8. Platz Jahrgang 2012 Marie Bremer



Es folgten dann im Mai die **Süddeutschen Altersklassenmeisterschaften**, die erstmals im neu eröffneten Sportbad NeckarPark ausgerichtet wurden. Hier waren wir ebenfalls in allen drei Wertungsklassen am Start und es konnten vier Meistertitel durch die Sodener Nixen für den ESSC gewonnen werden. Die Ergebnisse im Einzelnen:

**1. Platz** im Solo Junioren  
Hanna Kinga Bekesi  
**1. Platz** im Duett Junioren  
Lea Kittinger und Hanna Kinga Bekesi

**3. Platz** im Duett Junioren   Emily Hermann und Sophie Hahn  
**2. Platz** in der Gruppe Junioren   Lea Kittinger, Hannah Kinga Bekesi, Sophie Hahn, Emily Hermann, Maike Schütz, Arwen Scharr  
**1. Platz** im Duett AK-A   Amy Sue Hermann und Luna Jakob  
**2. Platz** in der Gruppe AK-AB   Britta Schütz, Kim Pilzecker, Cara Luna Jakob, Amy Sue Hermann  
**1. Platz** im Solo AK-C   Aurora Mancini  
**2. Platz** im Duett AK-C   Aurora Mancini und Kiera Schramke  
**3. Platz** in der Gruppe AK-C   Aurora Mancini, Kiera Schramke, Viktoria Bejenar, Smilla Essig, Francesca De Bartholomei, Natalia Niesel





# Synchronschwimmen



Die Landesmeisterschaften in der offenen Wertung und den einzelnen Jugendklassen fanden in einem gemeinsamen Wettkampf Anfang Juni in Urberach statt.

Der Medaillenspiegel für die einzelnen Wettkämpfe bei den **Hessischen Altersklassenmeisterschaften**:

Erster Sodener Schwimm-Club:  
13 x Gold – 4 x Silber – 1 x Bronze

Die Titel bei den **Hessischen Meisterschaften** gingen in den Disziplinen Solo, Duett und Gruppe im elften Jahr in Folge an Schwimmerinnen des ESSC:

Hessische Meisterin im Solo	Hanna Kinga Bekesi
Hessische Meisterinnen im Duett	Hanna Kinga Bekesi und Lea Kittinger
Hessenmeister Gruppe	Lea Kittinger, Hannah Kinga Bekesi, Sophie Hahn, Emily Hermann, Maike Schütz, Arwen Scharr

Im Duett und in der Gruppendisziplin blieben auch Silber und Bronze in den Reihen des ESSC. In der Disziplin Solo gewann Bad Soden den Titel und belegte auch den Silberplatz.

Einer unserer Wettkampfhöhepunkte im vergangenen Jahr waren einmal mehr die **Deutschen Altersklassenmeisterschaften**, die Mitte Juni in Remscheid ausgetragen wurden. Die Bad Sodener Synchronschwimmerinnen wurden Deutsche Meisterinnen im Duett und dreimal Deutsche Vizemeisterinnen, im Solo, Duett und in der Gruppe und erreichten weitere sehr gute Platzierungen in den Finals.





Die Ergebnisse in der Übersicht:

- |                                 |  |
|---------------------------------|--|
| 1. Platz im Duett Junioren      | Lea Kittinger und Hanna Kinga Bekesi   |
| 2. Platz im Solo Junioren       | Hanna Kinga Bekesi   |
| 2. Platz in der Gruppe Junioren | Lea Kittinger, Hannah Kinga Bekesi, Sophie Hahn, Emily Hermann, Maike Schütz, Arwen Scharr               |
| 2. Platz im Duett AK-A          | Amy Sue Hermann und Luna Jakob   |
| 4. Platz in der Gruppe AK-AB    | Britta Schütz, Kim Pilzecker, Cara Luna Jakob, Amy Sue Hermann   |
| 4. Platz im Solo AK-C           | Aurora Mancini   |
| 5. Platz im Duett AK-C          | Aurora Mancini und Kiera Schramke  |
| 6. Platz in der Gruppe AK-C     | Aurora Mancini, Kiera Schramke, Viktoria Bejenar, Smilla Essig, Francesca De Bartholomei, Natalia Niesel |

Nach drei Jahren Pause aus pandemischen Gründen konnte im vergangenen Jahr für den Nachwuchsbereich auch der **Süddeutsche Altersklassenpokal** wieder ausgetragen werden. Der Wettkampf fand auf Einladung der Synchro-Abteilung des Kaiserslauterer Schwimmsportklubs in Kaiserslautern statt.

Unsere Schwimmerinnen dominierten im älteren Wertungsbereich der 13-15-Jährigen alle Wettkämpfe, gewannen alle Disziplinen und auch den Pokal für die beste Mannschaft. In der Klasse der 10-12-Jährigen erreichte die Gruppe aus Bad Soden in der Gesamtwertung den zweiten Platz.





Die Ergebnisse beider Mannschaften im Einzelnen:

- |                                    |  |
|------------------------------------|--|
| <b>1. Platz</b> im Solo AK-C       | Aurora Mancini   |
| <b>1. Platz</b> im Duett AK-C      | Aurora Mancini und Kiera Schramke  |
| <b>3. Platz</b> im Duett AK-C      | Natalia Niesel und Francesca De Batolomei  |
| 5. Platz im Duett AK-C             | Viktoria Bejenar und Smilla Essig  |
| <b>1. Platz</b> in der Gruppe AK-C | Aurora Mancini, Kiera Schramke, Viktoria Bejenar, Smilla Essig, Francesca De Bartholomei, Natalia Niesel |
| <b>2. Platz</b> im Solo AK-D       | Juli Bäßler  |
| <b>2. Platz</b> im Duett AK-D      | Daniela Scherer und Marie Bremer   |
| <b>2. Platz</b> in der Gruppe AK-D | Juli Bäßler, Marie Bremer, Daniela Scherer, Daria Kulisa, Pia Diepolder, Paulina Penselin                |

Die **Deutschen Masters Meisterschaften** fanden im Juli im Fächerbad in Karlsruhe statt. Alle Starts unserer Schwimmerinnen erreichten sehr gute Platzierungen in den Medaillenrängen.

Hier das Ranking der Synchro-Masters:

- |  |   |
|--|---|
| <b>1. Platz</b> im Solo AK 25-29       | Anika Langsteiner   |
| <b>3. Platz</b> im Duett AK 20-24      | Emily Hermann und Sophie Hahn   |
| <b>1. Platz</b> in der Gruppe AK 25-34 | Ulrike Zöller, Kerstin Smolnik, Anika Langsteiner, Emily Hermann, Sophie Hahn, Maike Schütz, Naomi Zöller |





5. Platz Gruppe FK und TK

Der letzte Wettkampf in unserem so erfolgreichen Jahr waren die **Deutschen Meisterschaften**, die Mitte November in Bochum stattfanden. An den deutschen Titelkämpfen der offenen Klasse nahm aus Hessen nur der Erste Sodener Schwimm-Club teil und unser Junioren-Team konnte sich zum Jahresende noch einmal mit einem Vizemeister und zwei Bronzemedailles in die Siegerlisten eintragen. Die Platzierungen in den einzelnen Wettkämpfen:

**3. Platz** im Solo FK und TK

Hanna Kinga Bekesi

**2. Platz** im Duett Technische Kür

Lea Kittinger und Hanna Kinga Bekesi

**3. Platz** im Duett Freie Kür

Lea Kittinger und Hanna Kinga Bekesi

Anika Langsteiner, Lea Kittinger, Hannah Kinga Bekesi, Sophie Hahn, Francesca Isola, Maike Schütz, Arwen Scharr, Maya Lust, Britta Schütz



Als letzte Maßnahme im Kalenderjahr 2023 stand die jährliche **Kadersichtung** für die Nominierung der Landeskader 2024 auf dem Terminplan.

An den Start gingen 20 Aktive des ESSC in den Altersklassen 9 - 18 Jahre.

Die Altersklasse 9 - 11 Jahre, absolvierte Übungsreihen aus dem bundeseinheitlichen Levelprogramm, das ab 2024 in allen Landesschwimmverbänden für die Nominierung der Landeskader zu Grunde gelegt werden soll.



Während sich die Jüngsten mit den Tests der unteren Level 1-3 beschäftigten, wurden die Athletinnen der Jahrgänge 13 - 18 Jahre mit den Übungen der höheren Level getestet.

Am Ende konnten alle Teilnehmerinnen mit ihren gezeigten Leistungen zufrieden sein und vom Ersten Sodener SC wurden 14 Aktive für das Jahr 2024 in die Landeskader Synchronschwimmen berufen.

Mit unseren Anfängerinnen trainieren wir weiterhin zweimal in der Woche, einmal im Sportbad in Kelsterbach und die zweite Einheit findet in der ISF in Sindlingen statt.

Im Moment sind es ca. 15 Mädels im Alter zwischen 7 und 10 Jahren, die nun die Grundlagen der vier Schwimmdisziplinen sowie tauchen, synchrospezifische Paddeltechniken, Grundpositionen und erste Pflichtübungen erlernen. Die Organisation der Gruppe hat seit Ende des letzten Jahres nun Emily Hermann übernommen und als Trainer stehen abwechselnd Sarah Fahr, Sebastian Gäßler, Christa Bender, Elena Fischer und Viktoriia von Rosen zur Verfügung.

Die Gruppe der 10-12-Jährigen trainiert schon dreimal in der Woche in der ISF und in Frankfurt.

Hier sind auch verschiedene Trainerinnen im Einsatz: Im Technik- und Pflichttraining wechseln sich Kerstin Smolnik, Emily Hermann, Cara Luna Jakob, Amy Hermann und Elena Fischer ab. Das Kürtraining wird jetzt von Anika Langsteiner übernommen.

Für die Aktiven im Alter von 13 - 15 Jahren, die auch dreimal in der Woche trainieren, ist Kerstin Smolnik die verantwortliche Trainerin. Der Trainingsschwerpunkt liegt auf der Perfektionierung der Pflichtübungen und alle Kürren müssen von den Aktiven wettkampftauglich präsentiert werden können. Im Technik- und Kürtraining wird Kerstin von mir und Emily Hermann unterstützt.

Für die Teams ab 16 Jahren liegt die Organisation und das Training in meinen Händen. Mit den Athletinnen in den Altersklassen AB (16 - 19 Jahre) und mit den Juniorinnen (20 - 25 Jahre) werden technische und freie Soli, Duett und Gruppen nach den neusten Vorgaben und Regularien des Weltschwimmverbandes für die Wettkämpfe aufgebaut. Auch ich werde im Kürtraining immer wieder von Kerstin Smolnik unterstützt.

Unser erfolgreiches Mastersteam besteht weiterhin aus sieben Damen, die an ausgewählten Tagen und Terminen zusammen trainieren, ihre Kürren aufbauen und sich gemeinsam auf die Veranstaltungen der Masters vorbereiten.

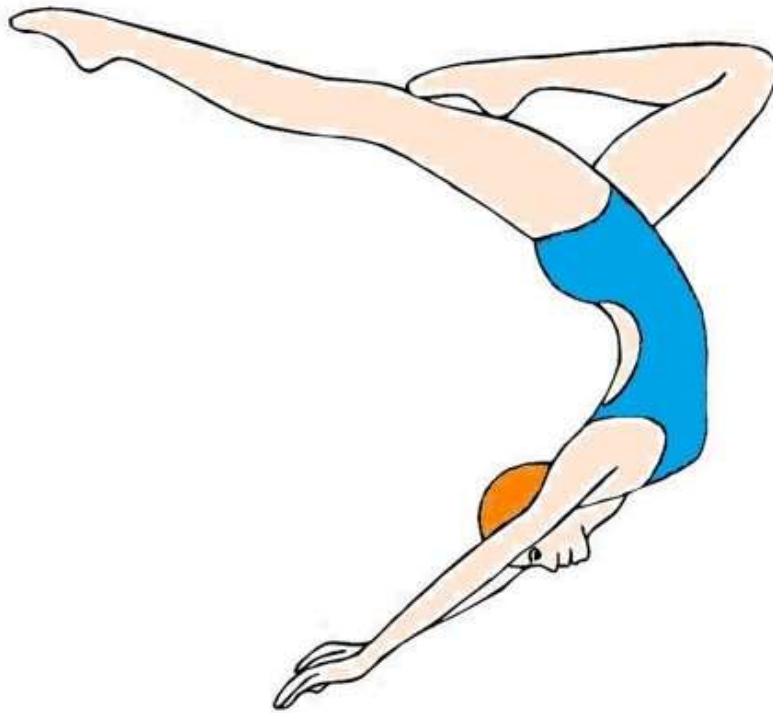
Ich möchte mich bei allen Trainerinnen und Trainern bedanken, für die vielen geleisteten Stunden in unseren Trainingseinheiten im vergangenen Jahr. Auch allen Freunden und Förderern unserer schönen Sportart danke ich recht herzlich, sie alle haben zum Erfolg der Athleten und Teams beigetragen.



Außerdem gilt mein besonderer Dank den Eltern unserer Aktiven, die uns durch viele nicht selbstverständliche Aktivitäten unterstützen, angefangen bei den Fahrten zum Training und zu den Wettkämpfen, Hilfe und Zuarbeit bei unseren Veranstaltungen und vieles mehr.

Ich schließe meinen Bericht mit einem Dank an meine Kolleginnen und Kollegen im Vorstand des ESSC für die gute Zusammenarbeit, für das Verständnis und die Unterstützung der Synchronschwimmerinnen in allen Belangen.

*Annette Gäßler*  
*Fachbereich Synchronschwimmen*



**Informationen und Berichte  
immer aktuell auf unserer Homepage**

**[www.essc-online.de](http://www.essc-online.de)**



Erster Sodener  
Schwimm-Club 1927 e.V.

# 24-Stunden-Schwimmen

13. und 14. Juli 2024

von 12:00 bis 12:00 im FreibadSoden



## Rahmenprogramm:

- Synchro-Show
- Aquazorbing
- Schwimmen für das Sportabzeichen
- Wasserball-Workshop
- Aqua-Fitness
- und vieles mehr

Teilnahme ohne Anmeldung nur während der  
öffentlichen Badezeiten

Nachtschwimmen zwischen 19.00 und 7.30 Uhr  
nur mit vorheriger Anmeldung

**Besuchen Sie uns!**  
**Machen Sie mit!**  
**Schwimmen Sie mit!**

## Kontakt:

Renate Kubicek

mobil 0172-6951067

[verwaltung@essc-online.de](mailto:verwaltung@essc-online.de)

Annette Gäßler

mobil 0172-5312655

[anmeld24hschw@essc-online.de](mailto:anmeld24hschw@essc-online.de)

FreiBadSoden, Kelkheimer Str. 74, 65812 Bad Soden am Taunus



# Optik Knauer

## BRILLEN & KONTAKTLINSEN

Inhaber Bernd Flick

Clausstr. 25, 65812 Bad Soden  
Tel 06196/26730, Fax 06196/641279

Internet: [www.optik-knauer.de](http://www.optik-knauer.de)

Email: [info@optik-knauer.de](mailto:info@optik-knauer.de)

### Ihr Augenoptik-Fachgeschäft rund ums Sehen

- Präzise Augenglasbestimmung und Glasanpassung mit Videozentrierung
- Große Auswahl an Brillenfassungen und Sonnenbrillen
- Sportbrillen mit und ohne optische Korrektur
- Anpassung von Kontaktlinsen
- Vergrößernde Sehhilfen



Weitere Infos und Terminvereinbarungen unter [www.optik-knauer.de](http://www.optik-knauer.de)



Kelkheimer Straße 3  
65812 Bad Soden  
[www.blumen-weigand.de](http://www.blumen-weigand.de)  
Tel. 06196/22218  
Fax 06196/643618

Sträuße für jeden Anlass  
Dekorationen  
Lieferservice  
Fachkundige Beratung  
Balkonpflanzen aus eigener Gärtnerei  
Pflanzen für Innen  
Trauerfloristik



### ÖFFNUNGSZEITEN

Montags bis Freitags  
08:30 - 13:00 Uhr  
14:30 - 18:30 Uhr  
Samstags  
08:30 - 14:00 Uhr  
Sonntags  
10:00 - 12:00 Uhr







## Bericht Hallen- und Freizeitsport 2023/24

Unsere diversen Hallensportgruppen sind nach wie vor sehr gefragt und bieten unseren Mitgliedern jeden Alters die Möglichkeit, das für sie Passende zu finden, angefangen bei Eltern-Kind-Turnen bis zur Seniorengymnastik.

Die verschiedenen Gruppen trainieren

- in unserem Clubhaus (Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Gymnastik, Seniorinnengymnastik, Pilates, STRONG Nation)
- in der Hasselgrundhalle (Judo, Volleyball, Frauengymnastik, Eltern-Kind-Turnen, Vorschulsport)
- in der Theodor-Heuss-Schule (Judo)
- in der Drei-Linden-Schule in Neuenhain (Karate)
- in der Kahlbachhalle in Altenhain (Krafttraining)

### Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre) und Vorschulsport (4-6 Jahre)

Unsere zwei Kindergruppen werden von Andre Hahl in der Hasselgrundhalle trainiert. Die Kinder haben viel Spaß beim gemeinsamen Klettern, Balancieren und Rutschen auf verschiedenen Geräten. Besonders die Jüngsten sammeln erste Erfahrungen mit anderen Kindern.



### Wirbelsäulengymnastik + Entspannung

Die drei Gruppen trainieren nachmittags und abends unter der Leitung von Diplom-Sportlehrer Frank Bender schon viele Jahre im ESSC-Clubhaus. Spezielle Übungen beheben Rückenprobleme und kräftigen und stabilisieren den Wirbelsäulenbereich.



### Gymnastik (Frauen und Männer)

Unsere Fitness-Trainerin Anke Fischer leitet donnerstagsmorgens im Clubhaus zwei Gruppen. Ihr Schwerpunkt liegt besonders auf Ausdauer in Verbindung mit Dehn- und Kräftigungsübungen.

### Frauengymnastik am Abend

Petra Kühnau trainiert montagsabends in der Hasselgrundhalle eine Frauengymnastikgruppe. Hier wird verstärkt Wert auf Kräftigungs- und Dehnübungen gelegt, um die aktiven Damen fit zu halten.

### Seniorinnengymnastik

Für unsere Seniorinnen im Verein führt Petra Kühnau ein dem Alter entsprechendes Training durch, um die Damen gelenkig und fit zu halten. Wir haben noch Platz für weitere Teilnehmerinnen.



## Pilates

Ein ganzheitliches Körpertraining bietet die Pilates-Methode. Besonders werden die tiefer liegenden, meist schwächeren Muskelgruppen sowie der Beckenboden gestärkt, die Beweglichkeit, Kräftigung und Kondition gefördert. Auch hier gibt es noch ein paar freie Plätze. Petra Kühnau würde sich über neue Teilnehmer\*innen freuen.

## STRONG Nation™

Unsere Trainerin Silke Hoffmann-Horvat leitet mittwochsabends in unserem Clubhaus einen Kurs STRONG Nation. Es ist ein hochintensives Intervalltraining mit synchron zur Musik abgestimmte Übungen. Das abwechslungsreiche, intensive Training ist ideal zum Auspowern und eine Herausforderung für die Aktiven. Der ganze Körper ist nach Anweisungen ununterbrochen in Bewegung und wird von Kopf bis Fuß gekräftigt. Gefördert werden Ausdauer und Beweglichkeit und ist geeignet für Männer und Frauen.



## Yoga

Seit vielen Jahren trainiert Brigitte Fait montagsabends unsere Yoga-Gruppe im Clubhaus. Interessierte können gerne einsteigen.

## Volleyball

Unsere Hobby-Volleyball-Gruppe unter der Leitung von Rolf Schmidt spielt schon viele Jahre in der Hasselgrundhalle. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen.



## Krafttraining

Der Kraftraum in der Kahlbachhalle in Altenhain bietet eine ideale Räumlichkeit für das Krafttraining unserer männlichen Mitglieder. An den diversen Geräten gibt Frank Bender Anleitungen für ein optimales Training der Bauch- und Rückenmuskeln, Schulter-, Arm-, und Brustmuskulatur sowie für die Muskeln der unteren Extremitäten. Ein Ballspiel beendet das Training.

Unsere **Kampfsportgruppen** Judo und Karate haben nach wie vor viele Aktive und erfreuen sich großer Nachfrage.



## Judo

Unsere Judo-Trainerin Sabine Denkwitz unterrichtet montags in der Hasselgrundhalle den Kampfsport Judo mit drei verschiedenen Leistungsgruppen. Die Anfänger starten mit 7 Jahren und freuen sich immer auf die erste Gürtelprüfung (siehe Judo-Bericht auf Seite 36).



## Karate

Unsere Karate-Abteilung trainiert schon 28 Jahre bei unserem bewährten Sensei Slobodan Adanski. Wir haben 3 verschiedene Alters- und Leistungsgruppen (Unter-, Mittel- und Oberstufe) für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die montags und donnerstags in der Drei-Linden-Schule in Neuenhain trainieren.



Die Karateka erlernen die Techniken Kihon, Kumite und Kata, damit sie dann auch ihre Gürtelprüfungen durchführen können, die unser Trainer vom 9. bis 1. Kyu abnimmt. Das Ziel eines jeden Karateka ist der 1. Dan (Schwarzgürtel), dem auch weitere Schwarzgürtel folgen können.

Dankenswerte Unterstützung erhält er von Tobias Lauerer, Svenja Kampmann, Maurice Coy und Lukas Hollenberg (siehe Karate-Bericht auf Seite 35).

## Radtouren

Mit unserer breitensportlichen Fahrrad-Gruppe haben wir ein neues Angebot für unsere Mitglieder. Marco Koch bietet jeden Mittwoch gemeinsame Touren an. Treffpunkt ist immer 18 Uhr vor dem ESSC-Clubhaus am FreibadSoden.



Anmeldung erbeten unter [rad@essc-online.de](mailto:rad@essc-online.de)

Im Namen des Vorstandes bedanke ich mich bei allen Trainerinnen und Trainern für ihre Arbeit in unserem Verein.

*Christa Bender*

**Termine immer aktuell  
auf unserer Homepage  
[www.essc-online.de/termine](http://www.essc-online.de/termine)  
und im ESSC-Newsletter**



## Karate Gürtelprüfungen 2023

Im März/Mai und am 27. November hat unser Sensei Slobodan Adanski in unserem Dojo in der Turnhalle der Drei-Linden-Schule Gürtelprüfungen abgenommen.

42 Karateka legten ihre Prüfung für den 8. bis 1. Kyu ab:

**9. Kyu (Weiß-Gelb):** Jonatan Gasser

**8. Kyu (Gelb):** Moritz Anthes, Milad Asrar, Lemah Ghamsharick, Hugo Jakobs, Giovanni Pilan, Leopold Thau, Faris Ullah, Nico Wiesiollek

**7. Kyu (Orange):** Jakob Ewald, Oscar Friedrich, Helena Graff, Merle Knof, Zidane Krieger, Adriana Leverenz, Giovanni Pilan, Aaron Schmitt

**6. Kyu (1. Grün):** Paul und Wolf Daecke, Alvin und Morten Ehrlich, Zoe Gottfried, Adriana Leverenz, Finja Mannberger, Cora Schmitt, Tea Szabo, Enya Wypich

**5. Kyu (2. Grün):** Iana Topalli

**4. Kyu (2. Blau):** Henry Weller

**3. Kyu (1. Braun):** Irina Ewald, Lukas Hollenberg, Lilly und Lisanne Holz, Toni Kesper

**1. Kyu (3. Braun):** Max Kossielny

Glückwunsch und weiter so!



  
**MAXIMILIAN MÜLLER**  
FRISEURE

**Farbe – Ihr individueller Look!**  
Mit Farbakzenten die Persönlichkeit unterstreichen oder die natürliche Haarfarbe verstärken. Hier im Salon. Wir beraten Sie gerne ...

*Eine Quelle der Inspiration.*

Zum Quellenpark 30    Telefon 0 61 96 / 2 37 33    ÖFFNUNGSZEITEN Di., Mi. 8–19 Uhr  
65812 Bad Soden    www.muellerfriseur.de    Do. 8–21 Uhr · Fr. 8–18 Uhr · Sa. 7–14 Uhr





## „Der sanfte Weg“

Eigentlich passt das nicht zu einer Kampfsportart, aber beim Judo ist das Grundprinzip: „Sieg durch Nachgeben“.

Doch was bedeutet das eigentlich?

Beim Judo habe ich einen Partner und keinen Gegner! Mit diesem trainiere ich viele verschiedene Techniken im Stand (Würfe, Konter, Finten) und im Boden (Haltegriffe, Hebel, Würgetechniken).

Dabei begegne ich meinem Partner stets mit Respekt, Fairness und Rücksicht. Deshalb ist es auch überhaupt kein Problem, ob mein Partner größer oder kleiner, jünger oder älter, dicker oder dünner, deutsch, spanisch, chinesisch, türkisch oder sonst was ist. Wir begegnen uns immer mit Respekt auf der Judomatte und haben Spaß beim Üben und Kämpfen miteinander.

Komm doch einfach mal vorbei!





## Sportabzeichen

107 Sportabzeichen wurden letztes Jahr abgelegt. Davon waren fast die Hälfte ESSC-Mitglieder.

Herzlichen Glückwunsch!



**Wie wäre es, dieses Jahr mal das Sportabzeichen in Angriff zu nehmen? Vielleicht sogar mit der ganzen Familie?**

**Es gibt verschiedene Bereiche:  
Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination.  
Schwimmen wird im FreibadSoden abgenommen.  
Zeiten und aktuelle Infos unter**

**[www.essc-online.de  
/schwimmsport/sportabzeichen](http://www.essc-online.de/schwimmsport/sportabzeichen)**

Die **Termine Schwimmen** für das Deutsche Sportabzeichen jeweils donnerstags:

06.06.2024, 27.06.2024, 01.08.2024, 22.08.2024

Treffpunkt Eingang FreibadSoden, Kelkheimer Str. 72, Bad Soden

Einlass: 19:40 Uhr, Beginn: 19:45 Uhr

Außerdem am Samstag, 13.07.2024 während des 24h-Schwimmens

Alle anderen Sportabnahmen erfolgen montags auf dem Sportplatz "Sauerborn" ab dem 29.04.2024 zwischen 18:00 - 19:00 Uhr (keine Anmeldung erforderlich).

## Margot Baloun †



Am 18. September 2023 musste der Erste Sodener Schwimm-Club von seinem Ehrenmitglied Margot Baloun Abschied nehmen. Sie war am 11. September in ihrem 95 Lebensjahr gestorben.

Am 12. November 1963 war sie mit Ehemann Walter im ESSC Mitglied geworden, in dem Tochter Annette schon aktiv war. Das heißt, Margot hätte im November 2023 auf 60 Jahre Vereinsmitgliedschaft zurückblicken können.

Die ganze Familie engagierte sich in unserem Verein bei all unseren Veranstaltungen. Margot war immer zur Stelle, wenn wir sie brauchten. In den 60er Jahren war sie bei den Abendschwimmfesten des Vereins aktiv – zusammen mit ihrem Mann Walter und Fritz Fuchs, die im Vergnügungsausschuss saßen.

Bei vielen Festen backte sie auch einen Kuchen oder bereitete einen leckeren Kartoffelsalat zu, half in der Küche oder kümmerte sich um eine Tombola beim Oktoberfest.

Im Jahre 1972 war Margot Frauenwartin in unserem Verein geworden.

Viele Jahre betreute Margot auch die Geburtstage unserer Mitglieder, schrieb Glückwunschkarten und überbrachte teils auch persönlich die Glückwünsche des Vereins.

Für ihrer Verdienste hatte Margot im Jahre 1977 die Ehrenurkunde des Landessportbundes Hessen und in 2002 die Verdienstnadel des Landessportbundes erhalten.

Und im April 2006 würdigte der ESSC Margots jahrelange Aktivitäten für den Verein, indem er sie zum Ehrenmitglied des ESSC ernannte.

Der ESSC wird Margot ein ehrendes Andenken bewahren.

*C.B.*



## Beim Online-Shopping Spenden sammeln



Schulengel hat sich Gooding angeschlossen. Wenn ihr schon bei Schulengel seid ([www.schulengel.de](http://www.schulengel.de)), dann werdet ihr nach dem Login zu Gooding weitergeleitet. Beim Kauf über Schulengel/Gooding geht automatisch eine Spende an den ESSC. Diese variiert je nach Online-Geschäft.

Ansonsten loggt euch direkt bei [www.gooding.de](http://www.gooding.de) ein, und wählt als Einrichtung „Erster Sodener Schwimm-Club“ aus, dann den gewünschten Shop auswählen, auf die Shop Webseite klicken und wie gewohnt einkaufen. Nur ein „paar Klicks mehr“ für eine Spende.

---

## Facebook & Instagram

Wettkampffotos, Infos, Updates, Veranstaltungshinweise aus allen Bereichen des ESSC sind nicht nur auf Facebook zu finden, sondern auch auf Instagram. Natürlich achten wir dabei auf die Richtlinien der DSGVO.



Schickt uns gerne eure Fotos oder Videos von Wettkämpfen, Training, Trainingslagern an: [socialmedia@essc-online.de](mailto:socialmedia@essc-online.de)



[www.facebook.com/essc1927](http://www.facebook.com/essc1927)

**Instagram: [essc1927ev](https://www.instagram.com/essc1927ev)**





Sportlerehrung

*Unser  
Vereinsleben  
im ESSC  
2023*



Frühschoppen



Ehrungen



Weihnachtsmarkt im Alten Kurpark



# 24-Stunden-Schwimmen





## 2024 (alle Termine unter Vorbehalt)

Die jeweils aktuell gültigen Termine finden Sie auf [www.essc-online.de/termine/](http://www.essc-online.de/termine/) und werden auch im ESSC-Newsletter kommuniziert.

Fr.	17. Mai	18.00 Uhr <b>Jugendversammlung</b> 19.00 Uhr <b>Jahreshauptversammlung</b> mit anschließendem Grillen auf dem Vorplatz Clubhaus, Kelkheimer Str. 72
So.	23. Juni	<b>12. SODENIA Schwimmfest</b>
Sa.	13. und	<b>24-Stunden-Schwimmen</b>
So.	14. Juli	FreiBadSoden, von 12.00 - 12.00 Uhr
So.	01. oder 09. September	<b>Stadtmeisterschaften im Schwimmen und Wasserrutschen</b> , FreiBadSoden, 11.00 Uhr
Sa.	07. und	<b>Weihnachtsmarkt</b>
So.	08. Dezember	Alter Kurpark

Dreilinden  Apotheke  
Bad Soden Neuenhain

**NEU:**  
Schauen Sie  
im **Onlineshop**  
vorbei!

## Unser Service für Ihre Gesundheit

- ✓ Blutdruckmessung
- ✓ Einweisung in die korrekte Anwendung von Arzneimitteln zur Inhalation
- ✓ Medikationsanalyse

Hauptstraße 19 | 65812 Bad Soden-Neuenhain  
Telefon: 0 6196 / 22 93 7 | Fax: 0 6196 / 22 64 8  
[www.dreilindenapotheke.de](http://www.dreilindenapotheke.de)



## Vorstand

<b>Vorstandsvorsitzender</b>	<b>Dirk Müller</b> vorsitzender@essc-online.de	Tel. 06196-24406
<b>Finanzen</b>	<b>Dirk Müller</b> finanzen@essc-online.de	Tel. 06196-24406
<b>Schriftführerin</b>	<b>Renate Kubicek</b> verwaltung@essc-online.de	Tel. 06196-25646
<b>Schwimmsport</b>	<b>Frank Bender</b> schwimmsport@essc-online.de	Tel. 06174-255858
<b>Synchronschwimmen</b>	<b>Annette Gäßler</b> synchro@essc-online.de	Tel. 0172-5312655
<b>Hallen- und Freizeitsport</b>	<b>Christa Bender</b> hallensport@essc-online.de	Tel. 06196-24338
<b>Technik, Liegenschaften</b>	<b>Marco Koch</b> technik@essc-online.de	Tel. 06196-7613350

## Jugendvertretung

<b>Jugendsprecherin</b>	<b>Eva Schön</b> jugend@essc-online.de
-------------------------	---

## Geschäftsstelle

<b>Mitgliederverwaltung</b>	<b>Ulli Müller</b> mv@essc-online.de
<b>Homepage, Social Media, Vereinsheft</b>	<b>Ulrike Zöller</b> info@essc-online.de

---

<b>Allgemeine Information</b>	info@essc-online.de
<b>Mitgliederverwaltung</b>	mv@essc-online.de
<b>Schwimmen</b>	schwimmsport@essc-online.de
<b>Synchronschwimmen</b>	synchro@essc-online.de
<b>Judo</b>	judo@essc-online.de
<b>Karate</b>	karate@essc-online.de
<b>Hallensport</b>	hallensport@essc-online.de
<b>Radfahren</b>	rad@essc-online.de
<b>24h-Schwimmen</b>	anmeld24hschw@essc-online.de



# Übungsplan

(Stand April 2024)

SPORTART	LEITUNG	TAG + UHRZEIT	TRAININGSORT	BEMERKUNG
<b>Judo</b> (Zusatzbeitrag)	Sabine Denkewitz	Mo. 15.30 - 16.30	Hasselgrundhalle	ab 7 J.
	Sabine Denkewitz	Mo. 16.30 - 17.30	Hasselgrundhalle	Fortgeschr. 8-11 J.
	Sabine Denkewitz	Mo. 17.30 - 18.30	Hasselgrundhalle	Fortgeschr. 12-17 J.
	Sabine Denkewitz	Do. 17.30 - 19.00	Th.-Heuss-Schule	Fortgeschr. 12-17 J.
<b>Karate</b> (Zusatzbeitrag)	Slobodan Adanski	Mo. 17.30 - 18.30	Drei-Linden-Schule	Unterstufe bis 8. Kyu
	Slobodan Adanski	Mo. 18.30 - 19.30	Drei-Linden-Schule	Mittelstufe ab 7. Kyu
	Slobodan Adanski	Mo. 19.30 - 21.00	Drei-Linden-Schule	Oberstufe
	Slobodan Adanski	Do. 17.45 - 18.30	Drei-Linden-Schule	Unterstufe bis 8. Kyu
	Slobodan Adanski	Do. 18.30 - 19.30	Drei-Linden-Schule	Mittelstufe ab 7. Kyu
	Slobodan Adanski	Do. 19.30 - 20.30	Drei-Linden-Schule	Oberstufe
<b>Yoga</b>	Brigitte Fait	Mo. 19.00 - 20.30	ESSC-Clubhaus	(Zusatzbeitrag)
<b>Seniorinnengymnastik Frauengymnastik</b>	Petra Kühnau	Mo. 09.30 - 10.30	ESSC-Clubhaus	(Zusatzbeitrag)
	Petra Kühnau	Mo. 19.00 - 20.00	Hasselgrundhalle	(Zusatzbeitrag)
<b>Gymnastik</b>	Anke Fischer	Do. 08.45 - 09.45	ESSC-Clubhaus	(Zusatzbeitrag)
	Anke Fischer	Do. 10.00 - 11.00	ESSC-Clubhaus	(Zusatzbeitrag)
<b>Wirbelsäulen- gymnastik + Entspannung</b> (Zusatzbeitrag)	Frank Bender *	Mo. 16.00 - 17.15	ESSC-Clubhaus	<b>Anmeldung erforderlich !</b>
	Frank Bender *	Mo. 17.30 - 18.45	ESSC-Clubhaus	
	Frank Bender *	Do. 20.00 - 21.15	ESSC-Clubhaus	
<b>Pilates</b> (Zusatzbeitrag)	Petra Kühnau	Mo. 10.45 - 11.45	ESSC-Clubhaus	<b>Anmeldung erforderlich !</b>
<b>STRONG Nation™</b> (Kursangebot/-gebühr)	Silke Hoffmann-Horvat	Mi. 19.00 - 20.00	ESSC-Clubhaus	<b>Anmeldung erforderlich !</b>
<b>Volleyball</b>	Rolf Schmidt	Mo. 19.00 - 20.30	Hasselgrundhalle	
<b>Krafttraining</b>	Frank Bender *	Mo. 19.00 - 20.30	Kahlbachhalle Kraftraum	
<b>Eltern-Kind-Turnen</b>	Andre Hahl	Mo. 15.00 - 16.00	Hasselgrundhalle	1-3 Jahre
<b>Vorschulsport</b>	Andre Hahl	Mo. 16.00 - 17.00	Hasselgrundhalle	4-6 Jahre

Fragen: [hallensport@essc-online.de](mailto:hallensport@essc-online.de) bzw. \* [schwimmsport@essc-online.de](mailto:schwimmsport@essc-online.de) sowie [bib@essc-online.de](mailto:bib@essc-online.de) + [mamafit@essc-online.de](mailto:mamafit@essc-online.de)

## SCHWIMMEN

SCHWIMMGRUPPE	LEITUNG	TAG + UHRZEIT	TRAININGSORT
<b>Grundausbildung Schwimmen</b> (Zusatzbeitrag)	Frank Bender/Lukas Müller Ivan Makarskyi und Assistententrainer Mehrere Gruppen parallel bzw. hintereinander	Sa. 16.00 - 18.00	Rhein-Main-Therme
<b>Masterschwimmen und Vereinsschwimmen für Mitglieder</b>	Frank Bender	Di. 20.30 - 21.30 Do. 19.45 - 21.00 Fr. 20.00 - 21.30	ISF Sindlingen FreiBadSoden (Einlass 19.30) ISF Sindlingen

**Trainingszeiten während der Schulferien bitte bei den jeweiligen Trainern erfragen**



# Übungsplan

(Stand April 2024)

SCHWIMMGRUPPE	LEITUNG	TAG + UHRZEIT	TRAININGSORT
<b>Wettkampfteam LG 4</b> (Zusatzbeitrag) (Pflicht: 2-3x Wasser- und 1x Athletiktraining)	<b>Jg. 2015 - 2017</b> Andre Hahl Sigi Kleemann Julia Knop Julia Knop	Mo. 17.00 - 18.30 Fr. 18.30 - 19.45 Sa. 16.00 - 18.00 Sa. 08.30 - 10.00	Hasselgrundhalle ISF Sindlingen Rhein-Main-Therme Sportbad Kelsterbach
<b>Wettkampfteam LG 3</b> (Zusatzbeitrag) (Pflicht: 2-3x Wasser- und 1x Athletiktraining)	<b>Jg. 2012 - 2016</b> Heike Montag Moritz Deibel Frank Bender/Moritz Deibel Frank Bender/Moritz Deibel Moritz Deibel Frank Bender	Mo. 18.00 - 20.00 Mi. 16.00 - 18.00 Do. 16.00 - 18.00 Fr. 18.30 - 20.00 Sa. 10.30 - 12.00 So. 08.30 - 10.00	Otfried Preußler Schule Rhein-Main-Therme Rhein-Main-Therme ISF Sindlingen Rhein-Main-Therme Sportbad Kelsterbach
<b>Wettkampfteam LG 2</b> (Zusatzbeitrag) (Pflicht: 3x Wasser- und 1x Athletiktraining)	<b>Jg. 2011 - 2013</b> Heike Montag Ivan Makarskyi Ivan Makarskyi Ivan Makarskyi Ivan Makarskyi Ivan Makarskyi	Mo. 18.00 - 20.00 Di. 18.30 - 20.30 Mi. 16.00 - 18.00 Do. 18.30 - 20.30 Fr. 18.30 - 20.00 So. 08.30 - 10.00	Otfried Preußler Schule ISF Sindlingen Rhein-Main-Therme ISF Sindlingen ISF Sindlingen Sportbad Kelsterbach
<b>Wettkampfteam LG 1</b> <b>1. Mannschaft</b> (Zusatzbeitrag) (Pflicht: 3-5x Wasser- und 2x Athletiktraining)	Lukas Müller Lukas Müller Lukas Müller Lukas Müller Lukas Müller Lukas Müller	Mo. 16.00 - 18.00 Di. 19.30 - 21.00 Mi. 17.45 - 19.45 Do. 18.30 - 20.30 Fr. 17.15 - 18.45 Fr. 19.15 - 21.00 Sa. 18.00 - 20.00	Rhein-Main-Therme Rosenhöhe Offenbach KSC-Vereinsraum ISF Sindlingen KSC-Vereinsraum Rhein-Main-Therme Rhein-Main-Therme
<b>Wettkampfteam LG 1</b> <b>2. Mannschaft</b> (Zusatzbeitrag) (Pflicht: 3-4x Training)	Frank Bender Moritz Deibel Moritz Deibel Moritz Deibel	Mo. 19.00 - 20.30 Mi. 17.30 - 19.00 Do. 18.00 - 20.00 Fr. 20.00 - 21.30	Kahlbachhalle Rhein-Main-Therme Rhein-Main-Therme ISF Sindlingen

Fragen zum Trainingsplan: [schwimmsport@essc-online.de](mailto:schwimmsport@essc-online.de)

## SYNCHRONSCHWIMMEN

SYNCHROGRUPPE	LEITUNG	TAG + UHRZEIT	TRAININGSORT
<b>Nachwuchs 1+2</b> (Zusatzbeitrag)	E.Hermann / S.Fahr / S.Gäßler C.Bender / E.Fischer	Di. 18.30 - 20.00 So. 08.30 - 10.00	ISF Sindlingen Sportbad Kelsterbach
<b>Altersklassen C + D</b> (Zusatzbeitrag)	K.Smolnik / A.Gäßler / E.Hermann / C.Jakob	Di. 18.30 - 20.30	ISF Sindlingen
<b>Altersklassen ABCD</b> (Zusatzbeitrag)	A.Gäßler / K.Smolnik / E.Hermann / C.Jakob / E.Fischer A.Langsteiner	Mi. 16.00 - 18.00 Fr. 16.00 - 18.00	Hallenbad Sportschule Ffm. Hallenbad Sportschule Ffm.
<b>Altersklassen Junioren</b> (Zusatzbeitrag)	A.Gäßler	Do. 20.00 - 22.00	Hallenbad Sportschule Ffm.
<b>Altersklassen JABC</b> (Zusatzbeitrag)	A.Gäßler / K.Smolnik E.Hermann	Wochenende nach Vereinbarung	Hallenbad Sportschule Ffm.

Fragen zum Trainingsplan: [synchro@essc-online.de](mailto:synchro@essc-online.de)



## Mitglieds- und Zusatzbeiträge

Die Mitgliedsbeiträge werden jährlich im Voraus fällig und Zusatzbeiträge vierteljährlich im Voraus.

Die Kündigung der Mitgliedschaft ist nur schriftlich per Einschreiben mit eigenhändiger Unterschrift unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von einem Monat zum Ende eines Kalenderjahres (d.h. bis zum 30. November) möglich.

Zusatzbeiträge sind vierteljährlich mit einer Frist von 15 Werktagen zum Quartalsende schriftlich (auch per E-Mail) kündbar.

**Aktuelle Beiträge entnehmen Sie bitte der ESSC-Homepage:**

[www.essc-online.de/verein/beiträge](http://www.essc-online.de/verein/beiträge)

<b>Mitgliedsbeiträge</b>	<b>Aktuell</b> (€ pro Jahr)
Einzelmitgliedschaft	96,-
Familienmitgliedschaft	192,-
Fördermitgliedschaft	frei wählbarer Betrag
Aufnahmegebühr (einmalig)	25,-
Mattengeld Judo (einmalig)	15,-

<b>Zusatzbeiträge</b>	<b>Aktuell</b> (€ pro Person und Quartal)
Schwimmen	74,-
Synchronschwimmen	118,-
Wirbelsäulengymnastik	39,-
Pilates	38,-
Karate	50,-
Judo	54,-
Gymnastik	20,-

**Schon den Newsletter abonniert?**

[www.essc-online.de](http://www.essc-online.de)



## Anschriften der Übungsstätten

### **ESSC-Clubhaus**

Kelkheimer Str. 72, 65812 Bad Soden

### **Hasselgrundhalle**

Gartenstr. 2 a, 65812 Bad Soden

### **Theodor-Heuss-Schule**

Sulzbacher Str. 5, 65812 Bad Soden

### **Otfried Preußler Schule**

Am Wasserturm 1, 65812 Bad Soden

### **Drei-Linden-Schule**

Schwalbacher Str. 33,  
65812 Bad Soden-Neuenhain

### **Kahlbachhalle**

Kirchstr. 31,  
65812 Bad Soden-Altenhain

### **Vereinsheim des Kelkheimer SC**

Lorsbacher Str. 41, 65779 Kelkheim

### **FreiBadSoden**

Kelkheimer Str. 74, 65812 Bad Soden

### **ISF Internationale Schule Frankfurt**

Straße zur Internationalen Schule 33,  
65931 Frankfurt-Sindlingen

### **Sport- und Wellnessbad Kelsterbach**

Kirschenallee 52-54, 65451 Kelsterbach

### **Sportschule des Landessportbundes Hessen**

Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt

### **Rhein-Main-Therme**

Niederhofheimer Straße 67, 65719 Hofheim

### **Rosenhöhe Offenbach**

Auf der Rosenhöhe 29, 63069 Offenbach

### **Kreishallenbad Kriftel**

Auf der Hohlmauer 1-3, 65830 Kriftel

---

## Der Sodener Schwimmer 2024

Herausgeber:	Erster Sodener Schwimm-Club 1927 e.V. Kelkheimer Str. 72 (Clubhaus), 65812 Bad Soden am Taunus Postfach 1101, 65796 Bad Soden am Taunus
Erscheinungsweise:	1 x jährlich
Erscheinungstermin:	Frühjahr
Format:	148 x 210 mm online
Verantwortlich für diese Ausgabe:	Der Vorstand
Herstellung:	Ulrike Zöller, 0151-50708774, schwimmer@essc-online.de
Ersterscheinung:	September 1965
Titelbild:	24-Stunden-Schwimmen 2023