



Schwimmclub
WASSERFREUNDE
München von 1912 e.V.

JUNI 2025



Liebe Mitglieder,

die Schwimmsaison 2025 ist in vollem Gange, und wir freuen uns, Euch in diesem Newsletter über die jüngsten Entwicklungen und bevorstehenden Highlights im Verein zu informieren.

Der Sommer zeigt sich bislang von seiner besten Seite – und das nutzen wir im SCW voll aus und genießen tolle Tage am Würthsee. Dank der engagierten Arbeit unseres Würthsee-Teams um Klaus Engelbrecht, Alexander Held und Andreas Sirch ist das Gelände top gepflegt – ein herzliches Dankeschön dafür! Ein großes Dankeschön geht auch an alle Helfer*innen, die beim Frühjahrsputz unser Vereinsgelände am Würthsee auf Vordermann gebracht haben.

Unsere Leistungssportlerinnen setzen auch in diesem Jahr Maßstäbe: Bei den Süddeutschen Meisterschaften in Stuttgart Ende Mai war der SCW mit einem schlagkräftigen 21-köpfigen Team vertreten. Neben zahlreichen persönlichen Bestzeiten konnten unsere Athlet*innen auch einige Podestplätze erringen – ein großartiger Erfolg für das gesamte Trainer*innen-Team. Ein besonderes Lob geht an

Gabor und Edwin, die seit dieser Saison die Teams 1, 2 und C betreuen. Ihre Erfahrung und ihr Engagement tragen schon jetzt Früchte. In den kommenden Wochen stehen weitere wichtige Wettkämpfe an – wir drücken allen Teilnehmenden fest die Daumen!

Auch abseits des Beckens ist im SCW viel geboten: Die Jugendarbeit läuft auf Hochtouren. Bei der diesjährigen Rafting-Tour ging es mit viel Teamgeist und ordentlich Spritzwasser durch die Wellen. Auch die traditionelle Kanutour war wieder ein voller Erfolg – mit Zeltlager, Lagerfeuerromantik und jeder Menge Wasserschlachten. Ein weiteres Highlight: der Ausflug in den Kletterwald Vaterstetten, bei dem Mut, Geschick und gegenseitige Unterstützung gefragt waren. Besonders freuen wir uns, dass unsere Sommercamps am Würthsee kurz vor dem Start stehen. Ab Anfang August werden dank unseres engagierten Jugendteams wieder zahlreiche Kinder und Jugendliche in den drei Campwochen eine tolle Zeit am See verbringen können. Die Vorbereitungen laufen bereits auf Hochtouren – Langeweile wird garantiert keine aufkommen.

Schon jetzt möchten wir Euch auf zwei ganz besonders wichtige Termine hinweisen: Am 2. August findet das diesjährige Überseeschwimmen statt – hoffentlich wieder mit so vielen Teilnehmer*innen wie im Vorjahr, als wir einen neuen Rekord aufgestellt haben. Im Anschluss daran feiern wir unser Sommerfest, ebenfalls auf unserem Gelände am Würthsee. Merkt Euch die Termine unbedingt vor und meldet Euch zahlreich an!

Wir wünschen Euch einen sonnigen, sportlichen Sommer und freuen uns auf viele gemeinsame Erlebnisse mit Euch – ob im Schwimmbad, am Würthsee oder anderswo.

Euer Vorstand mit Vereinsleitung

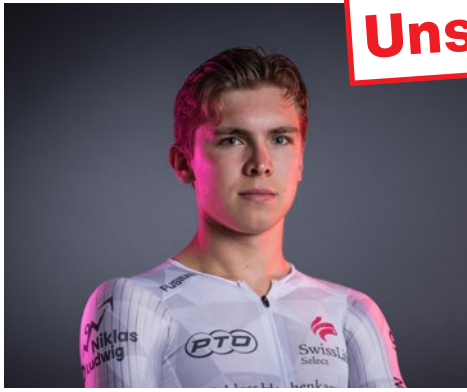
Lob, Kritik oder Fragen?

Wollt Ihr uns persönlich erreichen, dann schreibt bitte eine Email an:

info@scw-muenchen.de oder
vorstand@scw-muenchen.de.



Unsere SCW-Mitglieder



Zehn Fragen an Niklas Ludwig

Niklas Ludwig, wie lebt es sich als Profi-Triathlet?

Für viele dürfte es eine riesige Herausforderung sein, überhaupt einen Triathlon zu finishen. Für Niklas Ludwig hingegen gehört es zum Alltag, sich über die Triathlon-Mitteldistanz (1,9 km Schwimmen, 90 km Radfahren, 21,1 km Laufen) mit den besten Athleten der Welt zu messen. Der 22-Jährige startet diese Saison erstmalig als Profi in der Ironman-Serie und absolviert seine Schwimmtrainingseinheiten beim SCW. Jüngst war er Zweitplatzierter beim Triathlon in Ingolstadt.

Diese Saison ist Dein erstes Jahr als Profi-Triathlet: Was sind Deine Ziele?

Nach einem durchwachsenen Jahr 2024, in dem ich verletzungsbedingt an keinem Rennen teilnehmen konnte, ist mein oberstes Ziel, endlich wieder verletzungsfrei den Sport zu betreiben und Profi-Erfahrungen zu sammeln. Mein ambitioniertestes Ziel ist ein Platz unter den Top 100 der Weltrangliste.

Wo findet man Dich, wenn Du nicht gerade am Sporteln bist?

Ich bin gelernter Koch und daher ist Kochen bis heute ein großes Hobby von mir. Parallel studiere

ich Sportmanagement an der IU. Mir ist aber auch das soziale Umfeld immer wichtiger – ich nehme mir bewusst Zeit für die Menschen, die mir am Herzen liegen.

Was zeichnet den SCW für Dich aus – warum schwimmst Du so gerne bei uns?

Im Triathlon gilt Schwimmen oft als die „unbeliebteste“ Disziplin – für viele ist es monotones, einsames Bahnschwimmen mit wenig Abwechslung. Der SCW lebt Schwimmen ganz anders: Wir trainieren im Team, werden technisch betreut und bekommen abwechslungsreiche Programme mit Sprints, Technikübungen, Atempyramiden und verschiedenen Lagen. Das macht nicht nur Spaß, sondern bringt einen wirklich weiter. Besonders schätze ich das hohe Leistungsniveau. Das fordert mich und motiviert jeden Tag.

Welche Gedanken tragen Dich über die letzten paar Kilometer des Wettkampfs?

Die Ziellinie. Ich liebe es, an meine Grenzen zu gehen und diese zu verschieben – aber am Ende eines harten Rennens brennt die Lunge, die Beine schmerzen, und jeder Schritt kostet Überwindung. In diesen Momenten denke ich nur noch an das befreiende Gefühl, die Ziellinie zu überqueren.

Welche sportliche Leistung hat Dich am meisten geprägt oder inspiriert bzw. bei welcher Gelegenheit bist Du an Deine absoluten Grenzen gegangen?

Mein Einstieg in den Sport war das Projekt, als jüngster Athlet einen Ironman unter zehn Stunden zu finishen. Diese Zeit hat mich stark geprägt – ich habe den Triathlon lieben gelernt und erste Schritte in Richtung Leistungssport gemacht. Auch wenn das Event coronabedingt abgesagt wurde, bin ich an meinem 18. Geburtstag am 5. Juli 2020 bei einem privaten Rennen in 9:11:29 ins Ziel gekommen. Diese Erfahrung hat den Grundstein für meinen weiteren Weg in Richtung Profisport gelegt.

Mit welchem/r Profisportler/in würdest Du gerne mal ein paar Runden drehen? Und welche Fragen würdest Du ihm/ihr stellen wollen?

Jan Frodeno ist für mich eine absolute Ikone. Auch wenn ich inzwischen fast alle deutschen Profi-Triathleten persönlich kenne – Jan habe ich noch nie getroffen. Er hat den Sport entscheidend geprägt, gerade in der Zeit, als ich selbst angefangen habe. Mich interessiert vor allem, wie er als Mensch hinter dem Athleten ist. Dass sich unsere Wege bisher noch nicht gekreuzt haben, verleiht dem „Mythos Frodeno“ für mich noch mehr Faszination.

Gibt es einen Rat, den Du allen Nachwuchssportlerinnen und -sportler des SCW mit auf den Weg geben möchtest?

Setzt euch klare Ziele – aber stellt die Freude am Sport immer an erste Stelle. Sie ist der Motor, der euch langfristig trägt.

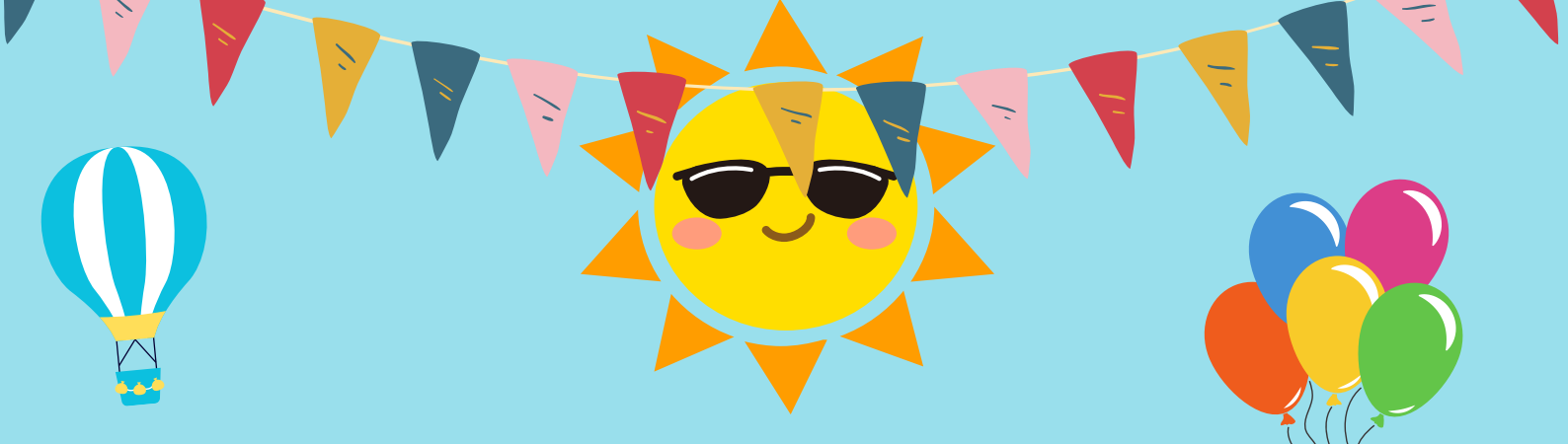


Ausbildung

Im Bereich Ausbildung hatten wir im zeitigen Frühling zwei Events, zum einen ein Workshop im Morabad zum Thema „Anfängerschwimmen“ mit etwas Theorie und vielen Übungen im Wasser sowie einem sehr leckerem Mittagessen mitten in Schwabing. Ob es am Thema oder dem Mittagessen lag: wir waren eine Gruppe von über 23 SCW'lern, die am frühen Sonntagmorgen am Morabad waren! Zeitgleich fand noch ein Auffrischungslehrgang für das Rettungsschwimmabzeichen statt.

Für die kommenden Monate haben wir folgendes geplant: Im Juni/ Juli gibt es einen SCW-internen Rettungsschwimmer Kurs (Anmeldung läuft, bei Interesse gerne melden), ein Online-Seminar zum Thema „Schwimmabzeichen“ ist in Vorbereitung. Des weiteren planen wir weitere inhaltliche Workshops, z.B. zum Thema „Spielerische Technikübungen für Kinder“. Gerne freue ich mich über Feedback an ausbildung@scw-muenchen.de, wenn Euch weitere Themen interessieren, die wir in einem Workshop vertiefen könnten.





COME & JOIN US FOR OUR

86. ÜBERSEESCHWIMMEN UND SOMMERFEST 2025

**SAMSTAG
02 AUGUST**

**CLUBHAUS AM WÖRTHSEE,
WÖRTHSEESTRASSE 41,
82229 HECHENDORF**

09:00 - 15:00 UHR

FREE ENTRY



**Unser Sommerfest bietet einen Mix aus
Wettkampf mit Siegerehrung,
Mittagessen, Café und Kuchen,
Seifenrutsche und Entenrennen**

**Weitere Information
auf unserer Homepage
www.scw-muenchen.de**