

# „Natürlich muss auch Zeit für Spaß sein“

Das LSB Magazin stellt in regelmäßiger Abfolge Trainerinnen und Trainer aus Vereinen und Verbänden in Niedersachsen vor. Christiane Staffeldt war selbst zwölf Jahre lang als Schwimmerin im Leistungssport aktiv und nahm an den Olympischen Spiele 1984 und 1988 teil. Heute ist sie B-Lizenz-Schwimmtrainerin bei der Startgemeinschaft Schwimmen Hannover.

## Wie sind Sie zu Ihrer Tätigkeit gekommen?

Ich bin selber früher aktiv geschwommen und als ein Trainer im Verein ausgefallen ist, bin ich erst eingesprungen, habe dann Gefallen gefunden und bin dabei geblieben. Nach und nach habe ich dann die Lizenzen erworben und habe auch verschiedene Gruppen trainiert, bis ich rausgefunden habe, was mir gut liegt.

## Welche Sportlerinnen und Sportler trainieren Sie?

Derzeit trainiere ich zum einen eine Nachwuchsgruppe im Alter von 9 bis 11 Jahren, die Schwimmen als Wettkampfsport betreiben. Zum anderen leite ich auch einen Nichtschwimmer- und Anfängerkurs mit Teilnehmer im Alter von 5 bis 9 Jahren.

## In welcher Leistungsklasse befinden sie sich?

Ich trainiere im Bereich des Grundlagentrainings. Die Wettkampfgruppe startet auf Wettkämpfen bis zur Landesmeisterschaft.

## Wie erleben Sie den Nachwuchs beim Training?

Die Schwimmerinnen und Schwimmer sind motiviert und engagiert. Natürlich muss auch Zeit für Spaß sein. Aber sie kommen, um schnell zu werden, neue Bestzeiten zu schwimmen und um sich gut zu entwickeln.

## Wieviel Zeit investieren Sie durchschnittlich in ihre wöchentliche Trainertätigkeit?

Die Aktiven können an drei Tagen in der Woche am Training teilnehmen, ich selber leite derzeit aber nur eine Trainingseinheit von 1,5 Stunden. Zusammen mit dem organisatorischen Aufwand sind das etwa 2,5 Stunden pro Woche. Es kommen aber noch die Wettkämpfe hinzu, die beim Schwimmen sehr zeitaufwändig sind. Es kann schon mal sein, dass man in einem Monat alle Wochenenden von morgens bis abends in der Halle verbringt.

## Welchen Prinzipien folgt ihre Trainingskonzeption?

Das Training ist leistungsorientiert, aber es ist mir genauso wichtig, dass die Aktiven Spaß haben. Die Mischung macht es. Nur dann können die Schwimmer auf Dauer erfolgreich sein. Außerdem stehen die Bausteine Technik und koordinative Fähigkeiten auf der einen Seite und Schnelligkeit und Ausdauer auf der anderen Seite im Mittelpunkt der Programme.

## Wieviel Zeit investieren Sie für ihre eigene fachspezifische Weiterbildung?

Ich besuche einmal im Jahr eine Fortbildungsveranstaltung.

## Wie findet ein inhaltlicher Austausch mit Trainerkollegen innerhalb und außerhalb ihres Vereins statt?

Das findet neben dem Austausch bei den Fortbildungen hauptsächlich bei Wettkämpfen am Beckenrand statt. Auch das normale Training bietet sich an. Im Verein setzen wir uns gelegentlich für einen Austausch zusammen.

## Wie beurteilen Sie Ihre Position im Verein?

Ich fühle mich als Trainerin akzeptiert, was auch an der eigenen erfolgreichen schwimmerischen Biographie in diesem Verein liegt. Auch die langjährige Tätigkeit als Trainerin trägt dazu bei.

## Wie beurteilen Sie die öffentliche Wahrnehmung Ihrer Tätigkeit?

Das gleiche lässt sich auch für die Wahrnehmung von anderen Schwimmvereinen sagen. Eine weitere Öffentlichkeit gibt es nicht.

## Welche besonderen Herausforderungen sehen Sie aktuell für Ihre Tätigkeit?

Durch die immer mehr anwachsenden Anforderungen im Beruf bleibt die Zeit für die ehrenamtliche Tätigkeit nach und nach auf der Strecke.



Christiane Staffeldt. Foto: privat

## Welche Anregungen haben Sie zur Förderung des Leistungssports in Niedersachsen?

Es ist vor allem wichtig, dass die Kommunen in Niedersachsen die Rahmenbedingungen stärken. Es muss in den öffentlichen Bädern genug Platz für Training und die Wettkämpfe sein. Leider wird das immer mehr eingeschränkt. In vielen kleineren Gemeinden gibt es schon gar keine Schwimmbäder mehr. Sicher könnten auch Kooperationen zwischen Vereinen die Situation vor Ort verbessern. Es hat Zeiten gegeben, in denen der Landesschwimmverband in der Fläche im Bereich Nachwuchsarbeit aktiv gewesen ist. Im Augenblick allerdings konzentriert sich die Arbeit vor allem in Hannover ausschließlich auf den Spitzensport. Es wäre schön, wenn wir auch wieder an alte Zeiten anknüpfen könnten.



Christiane Staffeldt,  
christiane.staffeldt@rsv-hannover-schwimmen.de