

## 24.06.2022 Anreisetag

Der Tag begann für die meisten Spielerrinnen und das Trainerteam früh, bereits um 4 Uhr mussten die Ersten aufstehen, um den Flieger Richtung Stavanger zu erwischen. Am Flughafen wurde es auch gleich schon turbulent: Verspätungen plagten die Spielerinnen. Nichtsdestotrotz waren gegen 19 Uhr die meisten Spielerinnen angekommen, mit kleineren Verlusten in Form von Gepäck, dass es bei zwei Spielerinnen leider nicht mit nach Stavanger geschafft hatte. Davon ließ sich die Mannschaft aber nicht aus der Ruhe bringen und stimmte sich in einem schönen Restaurant bei untergehender Abendsonne im Hafen von Stavanger auf das kommende Turnier ein. Zurück im Hotel angekommen wurde noch Hand an die Ausrüstung gelegt: Flossen wurden mit Nummern versehen, um unter Wasser eindeutig identifizierbar zu sein und Tauchmasken abgeschliffen, um die Verletzungsgefahr für gegnerische Spielerinnen zu minimieren. Andere Spielerinnen trafen sich noch auf einen Plausch in der Lobby, bevor es ins wohlverdiente Bett nach einem langen Tag ging.



## 25.06.2022 Eingewöhnungs- und Trainingstag

Da der Fototermin mit der Herren-Nationalmannschaft kurzerhand auf den Nachmittag verschoben wurde konnten die Mitgliederinnen der Schweizer Nationalmannschaft das reichhaltige Frühstücksbuffet im Hotel genießen. Anschließend rief Trainier Dennis die Mannschaft zusammen, um die Ergebnisse des Strategiemeetings und die Besonderheiten des Bades zu verkünden. Im Bad angekommen, wurde eine halbe Stunde trainiert. Dabei ging es hauptsächlich um die Eingewöhnung

auf das kurze Becken und ein paar letzte Torangriffsübungen. Gegen 11 Uhr riefen die Schiedsrichter zur Ausrüstungskontrolle, um Flossen Masken und Schnorchel auf scharfe Kanten und insbesondere die glasfaserverstärkten Flossen auf scharfkantige Risse zu überprüfen. Doch die Schweizerinnen waren perfekt vorbereitet und es gab keine Beanstandungen. Nach dieser Eingewöhnung ging es in die wohlverdiente Pause bis zum Frühen Nachmittag, die die meisten für ein Picknick am Hafen von Stavanger nutzten.

Gegen 14 Uhr traf sich die Mannschaft wieder, um zusammen noch etwas durch Stavanger zu laufen und wollte gerade das Hotel verlassen, da kam das verloren gegangene Gepäck wieder an! Dadurch beschwingt ließ die Mannschaft das schöne Stavanger auf sich wirken und entspannte bei einem leckeren Cappuccino und Zimtschnecken. Zurück im Hotel angekommen, war der nächste Tagesordnungspunkt die Mannschaftsfotos zusammen mit der Schweizer Herrennationalmannschaft. Ausgelassene Stimmung sowie kreative und witzige Posen lockerten die Fotosession auf. Nach einem anschließenden Abendessen zusammen mit den Mannschaften aus Österreich wurde es emotional: die Mannschaft überreichte dem Trainerteam wunderschön bemalte T-Shirts zum Dank für die geleistete ehrenamtliche Arbeit. Dann kam der erste offizielle Teil des Turniers: die Eröffnungsfeier. Zusammen mit den Herren lief die Damennationalmannschaft in die Schwimmhalle ein und lauschte den der Norwegischen Nationalhymne und der des CAMS, sowie den Reden der Präsidentin des Norwegischen Tauchverbandes Gry Henriksen, dem Vertreter der Stadt Stavanger, Tormod Drenngtig, sowie dem Michel Gaunard, dem Präsidenten des CMAS Sportkomitees. Die Eröffnungsfeier kann unter dem folgenden Link angeschaut werden:

[https://www.youtube.com/watch?v=Bj1g9o5VaYQ&t=2100s&ab\\_channel=EuropeanChampionshipsUnderwaterRugby2022](https://www.youtube.com/watch?v=Bj1g9o5VaYQ&t=2100s&ab_channel=EuropeanChampionshipsUnderwaterRugby2022)

Nach diesem ersten Offiziellen Teil ließ die Mannschaft den Abend noch auf der Dachterrasse bei einem wunderschönen Blick auf die Stadt ausklingen.













## 26.06.2022 Spiel gegen Norwegen

Da das erste Spiel der Nationalmannschaft gegen Norwegen bereits um 09:00 startete war früh Aufstehen angesagt. Bereits um 6:30 trafen sich die verschlafenen Spielerinnen zum Frühstück. Allerdings war das noch nicht vollständig aufgebaut, sondern nur in reduzierter Form als sogenanntes Early Bird Frühstück, frei nach dem Motto der frühe Vogel fängt den Wurm, was ja auch nicht ganz unpassend war.

Im Bad angekommen wurden zunächst bei einigen Spielerinnen Hand- und Fußgelenke sowie Knie und Schultern zur Verletzungsvorbeugung von der Mannschaftsphysiotherapeutin mit Tape stabilisiert. Anschließend stimmte Trainer Dennis die schon etwas nervöse Mannschaft auf das ein, was kommen wird: starke Norwegerinnen, die um jeden Preis gewinnen wollen und noch stärkere Schweizerinnen, die dem alles was geht entgegensetzen! Als Zielsetzung für das Spiel legte er gegen die als deutliche Favoriten geltenden Norwegerinnen eine einstellige Niederlage fest. So eingestimmt ging es erst einmal ans Warmmachen und Dehnen an Land in form einer Yogaeinlage, die von Mannschaftskameradin Cecily angeleitet wurde. Anschließend leitete Dennis ein lockeres Einschwimmen an, um die Spielerinnen langsam auf Touren zu bringen. Dann wurde es auch schon ernst: eine letzte Besprechung noch, dann wurden die Wimpel übergeben: Mannschaftsführerin Simone übergab der Norwegischen Mannschaftsführerin einen Wimpel des SUSV und bekam einen des Norwegischen Verbandes im Austausch. Anhupen, rein ins Spiel:

In den ersten zwei Minuten machten die pfeilschnellen Norwegerinnen von Anfang an Druck auf den Schweizer Korb, aber die Schweizerinnen konnten Bärenstark verteidigen und ließen zunächst nichts



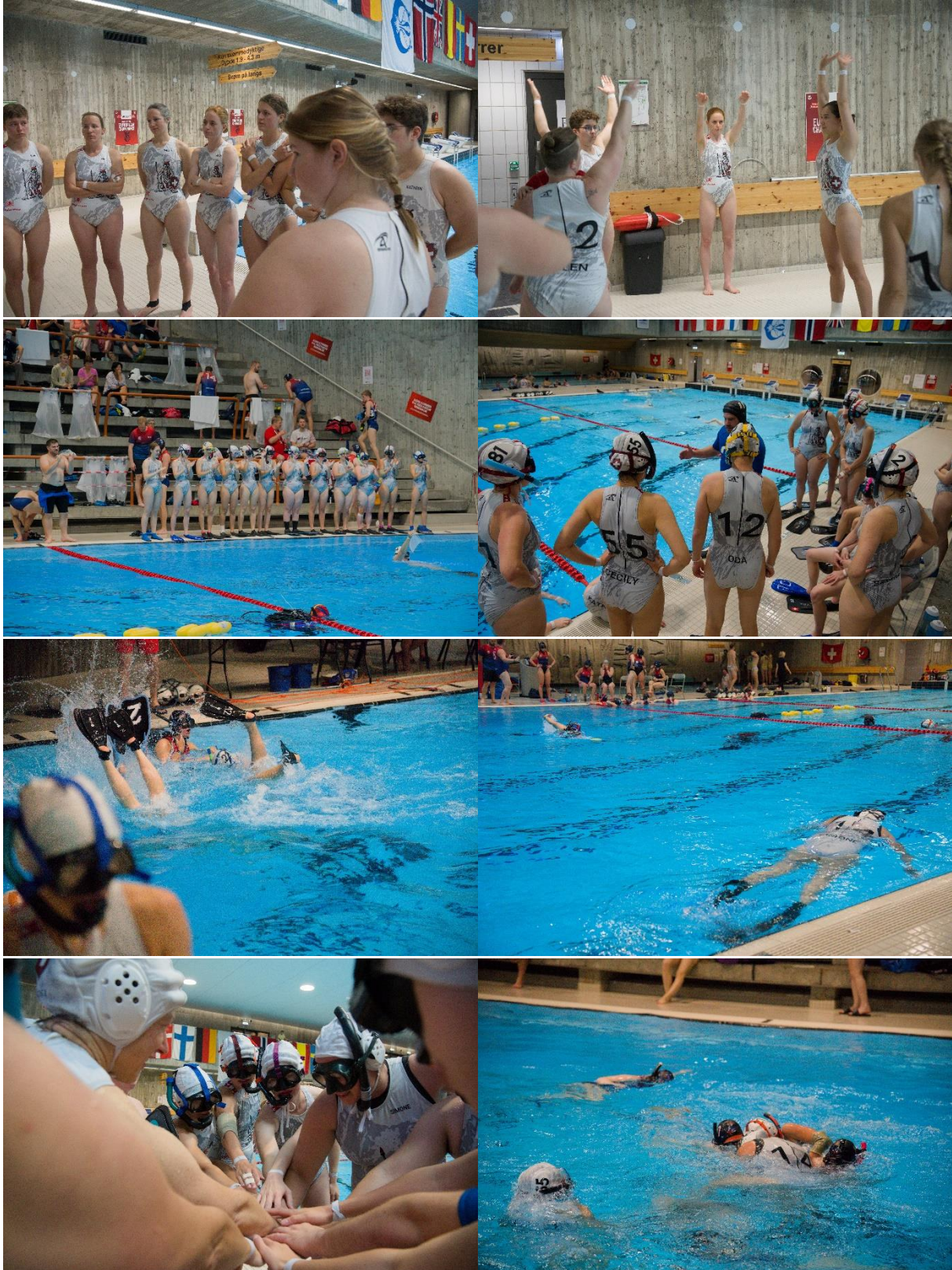
anbrennen, konnten sogar den Ball erobern und in der zweiten Minute einen Angriff starten, was sogar die Moderatoren überraschte. Insbesondere Cecily setzte sich außerordentlich für das Team ein und klammerte jeden Ball weg, den sie erreichen konnte. Dennoch machten die Norwegerinnen weiter Druck und konnten schließlich in der dritten Minute das erste Tor erzielen. Damit war zu rechnen, aber dennoch hatten sich die Schweizerinnen bis hier hin sehr gut verkauft. Eine kleine Unaufmerksamkeit später und die Norwegerinnen erzielten in einem schnellen Konter das 2:0. Nachdem wenig später ein schön rausgespieltes 3:0 für die Norwegerinnen fiel, nahm Dennis einen Timeout. Ermutigt und ihrer Stärken bewusst spielten die Schweizerinnen anschließend deutlich konzentrierter und kamen erstmals wieder in die gegnerische Hälfte. Dort konnten sie sich ein wenig etablieren, sodass die anfängliche Nervosität langsam abgelegt wurde. Auch ein zwischenzeitlicher Konter der Norwegerinnen in der achten Minute konnte abgewehrt und der Ball im Anschluss wieder erkämpft werden. Doch die schnellen Norwegerinnen konterten und machten Druck, was letztendlich zum 0:4 in der 12. Minute führte. In den folgenden Minuten nahmen die Norwegerinnen das Spiel in die Hand und konnten meist zu dritt im Tempogegenstoß bis zur Pause noch 4 Tore erzielen. Kurz vor Ende der ersten Hälfte geriet eine Schulter der Schweizer Korbwartin in den Korb, was die Schiedsrichter dazu veranlasste einen Strafwurf wegen Verkeilen im Korb gegen die Schweiz anzuordnen. Mannschaftsführerin Simone trat zur Verteidigung an und konnte die Norwegerin in den ersten 15 Sekunden bärenstark davon abhalten das Tor zu machen, sodass diese noch einmal zum Luftholen auftauchte, schließlich hat sie 45 Sekunden Zeit ein Tor zu erzielen. Beim erneuten Angriff konnte die Norwegerin durch den Vorteil des Luftholens leider den Ball in den Korb legen. Trotzdem zeigte Simone hier eine sehr gute Verteidigungsleistung! Halbzeitstand: 0:9 für Norwegen.

In der zweiten Halbzeit konnten die schnellen Norwegerinnen wieder den Ball beim Anschwimmen erobern, aber die Schweizerinnen verteidigten gut. Insbesondere an körperlicher Stärke waren die Schweizerinnen den Norwegerinnen überlegen und nutzten das zu ihrem Vorteil, um den Ball zurückzuerobern, sowie um die schnellen Angriffe der Norwegerinnen zu stoppen. So konnten die Schweizerinnen stark verteidigen und mussten sich erst in der fünften Minute der zweiten Hälfte dem Angriff der Norwegerinnen geschlagen geben: 0:10. Allerdings verteidigten die Schweizerinnen weiter gut und spielten ihre körperliche Stärke aus indem sie den Ball klammerten. Dies ärgerte die Norwegerinnen zusehends, was sie in Fouls trieb. Konnten die Schweizerinnen ihre kräftemäßige Überlegenheit einmal nicht ausspielen, waren die Torwartinnen zur Stelle und verteidigten den Korb sogar gegen zwei konternde Norwegerinnen.

Leider funktionierte das nicht immer und so viel in der sechsten Minute das 0:11. Davon ließen die Schweizerinnen sich aber nicht beirren, leisteten Sie doch sehr gute Arbeit als David gegen Goliath. So konnten sie den Ball auch gleich wieder in die gegnerische Hälfte treiben und sich dort sogar ein wenig festsetzen. Doch durch Fouls auf beiden Seiten ging es hin und her, sodass sich kein Rhythmus einstellen konnte. Allerdings konnten die Schweizerinnen den Korb über 6 Minuten super verteidigen, es viel erst in der 12. Minute das nächste Tor. Auch im Anschluss machten die Norwegerinnen viel Druck und schwammen Angriffswelle um Angriffswelle, denen die Schweizerinnen schließlich in der 14. Minute unterlagen: 0:13; was auch den Endstand darstellen sollte. Nach dem Abklatschen ging es in die Nachbesprechung: Fazit: Super Verteidigungsleistung und gegen starke Norwegerinnen sehr teuer verkauft!

Jetzt war etwas Freizeit angesagt. Diese wurde nach dem frühen Aufstehen von einigen zum zweiten Frühstück bzw. Mittagessen genutzt, bevor sich die Mannschaft um 13 Uhr wieder zusammen fand um zusammen das Spiel der künftigen Gegnerinnen Finnland gegen Österreich zu schauen. Anschließend stand eine Videoanalyse des vormittägigen Spiels auf dem Plan. Hier zeigte Dennis wichtige Anregungen für das Umschaltspiel auf und es war Platz für Lob, Verbesserungsvorschläge und Diskussion. Gegen 17 Uhr spielten die Schweizer Herren gegen Deutschland. Die Damen trafen sich

dafür auf den Tribünen und feuerten die Herrennationalmannschaft an und standen ihr bei. Im Anschluss trieb der Hunger einige Spielerinnen ins nahegelegene Burger Restaurant. Ihren leckeren Burger wollten sie gerne im Freien essen, hatten jedoch nicht mit den frechen Möwen gerechnet. So mussten sie ihr Essen regelrecht verteidigen! Aber auch diese Aufgabe leisteten die Spielerinnen als Team und könnten die Möwen erfolgreich verscheuchen. Nach dem Abendessen ließ ein Teil der Mannschaft den Abend bei einem Rundgang durch den Hafen ausklingen.







Morgen treten die Schweizerinnen um 13 Uhr gegen die Auswahl aus der Finnland an. Dies können Sie hier verfolgen:

[https://www.youtube.com/watch?v=OkU1u1zbNjc&ab\\_channel=EuropeanChampionshipsinUnderwaterRugby2022](https://www.youtube.com/watch?v=OkU1u1zbNjc&ab_channel=EuropeanChampionshipsinUnderwaterRugby2022)