



## «Bei uns ist das Schwimmen jedoch sehr wichtig»

Ohne Wasser kein Leben. Wasser ist mehr als nur ein kühles Nass und sozusagen des Lebenselixier. Aber Wasser kann auch Leben kosten. Gerade wenn man sich in Gewässern aufhält und des Schwimmens unkundig ist.

Eines sei vornweg in aller Deutlichkeit gesagt: Dieser Artikel respektive dieses Interview ist keine politische Chronik und hat nichts mit der allfälligen Schliessung des Hallenbades Spiegelfeld in Binningen zu tun.

Vor rund zwei Monaten haben wir an dieser Stelle über den Wettkampf «Kids-Liga», der vom Schwimmverein Bottmingen-Oberwil (SBO) organisiert wurde, berichtet (Ausgabe Nummer 15; «Cool im Pool» – oder wenn Bottmingen zum Schwimm-Mekka wird – und unserer Leserschaft zu einem späteren Zeitpunkt ein Exklusiv-Interview mit Isabelle De Courten, der Leiterin der Schwimmschule Bottmingen-Oberwil, versprochen. Hier ist es.

**BiBo: Dürfen wir ein paar Angaben zu Ihrer Person und den beruflichen Werdegang haben?**

Isabelle De Courten: Selbstverständlich. Mein Name ist Isabelle de Courten, ich bin 23 Jahre alt und studiere seit 2010 Sport- und Medienwissenschaften an der Universität Basel. Ich bin schon seit über zehn Jahren Wettkampfschwimmerin, Teil des Schwimmclubs Bottmingen-Oberwil und engagiere mich seit jeher immer wieder an clubinternen Veranstaltungen. Aufgewachsen bin ich in Flüh und Sport bestimmte schon immer mein Leben. Neben dem Schwimmsport begeistert mich natürlich auch der Fussball (unser FCB) und weitere olympische Sportarten. Meine eigene Leistungssportenerfahrung sowie die Liebe zum Sport haben mich dazu bewogen, Sport zu studieren und somit meine Passion zum Beruf zu machen. So arbeite ich neben dem Studium im Fitnesscenter Body Move in Aesch und Allschwil als Instruktorin und seit bald zwei Jahren auch als Aushilfslehrerin am OZL Leimental in Bättwil, was mir sehr grosse Freude bereitet.

Im Schwimmclub besitze ich mehrere Funktionen: Einerseits bin ich aktive Schwimmerin der Elitemannschaft. Dann bin ich als Nachwuchstrainerin der 3. Nachwuchsgruppe tätig, gebe ab und zu auch Schwimmkurse und bin Leiterin der Schwimmschule Bottmingen Oberwil (und somit aktuelles Vorstandsmitglied des SBO), welche ab diesem Sommer zur Schwimmschule «Cool im Pool» umgetauft wird. In das Projekt Schwimmschule fliessen also auch mein medienwissenschaftlicher Background, wodurch ich kontinuierlich

versuche, Kommunikation und Organisation in unserem Verein besser zu gestalten.

**Wie kamen Sie zum Schwimmsport – und gehörten Sie schon immer dem Schwimmclub Bottmingen-Oberwil (SBO) an?**

Ich war schon immer ein sehr sportliches und bewegungsfreudiges Kind. Vor gut zehn Jahren war ich aber an einem Punkt angelangt, an dem ich viele verschiedene Sportarten ausprobiert hatte, mir aber keine wirklich zugesagt hatte. So suchte ich mit meiner Mutter nach weiteren Sportvereinen in der Region. Während eines Probetrainings beim Schwimmclub Bottmingen-Oberwil hat mich dann der Schwimmsport gepackt. Es beinhaltet alles, was ich am Sport so liebe: Man geht an sein körperliches Limit, lernt sich und seinen Körper sehr gut kennen, findet viele Freunde und bestreitet Wettkämpfe, an welchen man viele tolle Momente erleben kann. Gerade während der Pubertät war dieser Verein eine sehr grosse Stütze für mich. Nach meiner Grundschulausbildung, trainierte ich dann ein Jahr in Amerika, wo ich sehr viel dazugelernt habe, vor allem die extrem harte Trainingsführung und -disziplin. Als ich dann zurückkam, wechselte ich zum Schwimmverein beider Basel, da die Trainingsanlagen sowie die Trainingszeiten, besser mit meinem Schulalltag am Wirtschaftsgymnasium Basel harmonierten. So konnte ich bis zu acht Trainingseinheiten pro Woche mit der Schule perfekt verbinden. Nach meinem Abschluss und dem Start an der Universität Basel hatte ich nun die Möglichkeit, meinen Alltag besser planen zu können und somit musste ich nicht lange überlegen, um zu meinem Heimverein zurückzuwechseln. Trotz einer längeren Pause vom Schwimmclub Bottmingen-Oberwil war das Verhältnis wie vorher und der SBO, wie schon von Beginn weg, meine zweite Familie.

**Sie leiten die SBO-Schwimmschule. Was war Ihre Motivation, sich zusätzlich – als Aktivschwimmerin – im Verein zu engagieren?**

Das ist und war schon immer die Grundphilosophie des SBO. Man fördert und fordert junge Sportlerinnen und Sportler, immer mehr Verantwortung zu übernehmen. So habe ich bereits als 15-Jährige Schwimmkurse bei der Schwimmschule Bottmingen-Oberwil gegeben oder Skiweekends für die Mannschaft organisiert. Es hat mich als Teenager damals sehr gestärkt, zu wissen, dass man Vertrauen in mein Handeln hat und ich eine Funktion in diesem Verein besitze. Somit stellte sich bei mir nie die Frage nach dem «Warum». Jegliche Arbeit beim Vorstand im SBO ist ehrenamtlich, somit muss geschaut werden, dass die Aufgaben



Isabelle De Courten ist Eliteschwimmerin, Leiterin der Schwimmschule und Vorstandsmitglied im SBO. Foto: zVg

gut verteilt werden. Je älter und erfahrener man wird, desto komplexer werden auch die Aufgaben. Darum ist es mir heute als Leiterin der Schwimmschule und aktuelles Vorstandsmitglied extrem wichtig, dass möglichst viele Nachwuchssportler in unserem Verein auch Interesse daran zeigen, sich für den Club zu engagieren und Kurse zu geben – also in die Fussstapfen treten. So können sie ihr Wissen (als Wettkampfschwimmer) an Kinder weitergeben. Das finde ich fantastisch.

**Schwimmen gilt als «gesunder Sport». Und dennoch können, wohl eher in anderen Kulturkreisen, viele Menschen nicht schwimmen. Wie erklären Sie sich dies?**

Schwimmen ist eine Sportart, bei welcher viel mit der Technik zusammenhängt. Stimmt die Technik bis zu einem gewissen Grad nicht, geht man unter. Dies benötigt ein gewisses Grundwissen an motorischen Abläufen, welche viele von uns durch ihre Eltern oder die Schwimmschule erlernt haben. In anderen Kulturen hat man diese Möglichkeit leider nicht. Oder empfindet das Schwimmen als nicht essenzielles Mittel, um zu überleben, weil beispielsweise keine grösseren Gewässer in unmittelbarer Nähe sind oder sie das Wasser grundsätzlich meiden. Bei uns ist das Schwimmen jedoch sehr wichtig. Jährlich sterben immer noch eine Vielzahl von Kleinkindern oder Erwachsene beim Ertrinken. Deshalb ist es bei fast allen Eltern das wichtigste Anliegen, dass ihre Kinder schwimmen können, bevor sie in den Badeurlaub gehen. Das ist ein weiterer Punkt, welcher mich antreibt, diesen Sport zu unterrichten. Sei es bei Kindern oder Erwachsenen. Zu sehen, wie ein Mensch eine Fähigkeit erlernt, welche er vorher noch nicht hatte, ist ein unglaubliches Gefühl.

**Zu DDR-Zeiten war es nur mit Doping möglich, Spitzenresultate und Medaillen an Titelkämpfen zu gewinnen.**

**Ist Doping heute im Spitzenschwimmen weiterhin ein Thema?**

Nein, eigentlich gar nicht. Es ist wie bei der Leichtathletik auch – man hört vielleicht in den Medien mal von einem Zwischenfall, aber die grossen Zeiten des Dopings sind, so denke ich, vorbei. Schwimmen ist eine Sportart, welche ein enormes Trainingspensum voraussetzt. So trainieren Weltklasseathleten jeden Tag zwischen vier und sechs Stunden. Die Resultate, die daraus entstehen, sind im Vergleich dazu relativ klein. So verbessert sich ein Olympiaschwimmer in einem Jahr nicht mehr als ein paar Hundertstel- oder Zehntelssekunden. Dies mag auf der einen Seite sehr frustrierend wirken, ist aber für uns Schwimmer eine völlig normale Sache. Seit den grossen DDR-Zeiten ist von Seiten der Schwimmtechnik und der Bekleidung auch sehr viel gegangen. Man hat viel Zeit und Geld in die Forschung der optimalen Schwimmtechniken gelegt, was bis heute noch Erfolge aufweist. Immer mehr wurde die Schwimmszene zusätzlich von «ominösen» Schwimmanzügen geprägt. Schwimmer haben angefangen, ihre Oberfläche – also die Haut – optimaler zu gestalten. Neben dem Rasieren fingen sie auch an, speziell entwickelte Stoffe zu tragen. Dies ging so weit, dass bis vor rund fünf Jahren richtige Hightech-Schwimmanzüge auf dem Markt waren, welche aus einem wasserundurchlässigen Stoff bestanden. Diese Anzüge ermöglichten den Schwimmern einen extremen Auftrieb und eine unterstützende Muskelkompression (für eine bessere Durchblutung). Doch seit 2010 sind auch diese Hilfsmittel verboten und die Vorschriften für Badeanzüge bei Wettkämpfen strenger geworden. Seither beobachte ich eigentlich nur technische Fortschritte und extreme Talentleistungen wie zum Beispiel von Michael Phelps oder Ryan Lochte (beide USA).

**Bekannt sich der SBO vorbehaltlos zum Spitzensport? Oder hat es auch Platz für die Breite, die aus reiner Freude schwimmen möchte?**

Dem SBO ist es wichtig, dass vom Spitzensportler bis zum Hobbyschwimmer alle zusammen Spass haben. Leider haben wir nur eine gewisse Wasserfläche pro Woche zur Verfügung, wodurch wir gezwungen sind, gewisse Prioritäten zu setzen. Natürlich haben die Wettkampfschwimmer einen gewissen Vorrang – das heisst mehr Trainingszeiten und -möglichkeiten sowie strengere Trainingsführung als die Breitensportler. Aber wir schauen immer gut darauf, dass auch die andern Schwimmer genügend Möglichkeiten bekommen. So haben wir zum Beispiel eine Jugendgruppe oder unsere Masters-Schwimmer, die ein angepas-

tes Training haben und auch am Wochenende mittrainieren dürfen. Viele ehemalige Schwimmer gehören heute zur Masters-Gruppe und schwimmen gelegentlich nach Lust und Laune mit. Ich finde es sehr wichtig, auch diese Leute in einen Verein wie den SBO einzubinden, da sie für diese lockere und tolle Stimmung sorgen und wir als Verein somit auch näher bei unserer Gemeinde und der Region sind.

Zudem haben wir auch viele Nachwuchsgruppen, bei welchen der Spass am Wettkampfschwimmen vor allem gefördert wird. So finden drei- bis viermal im Jahr kleinere Wettkämpfe statt wie die Kids-Liga (der BiBo berichtete ja darüber) oder unsere Clubmeisterschaften. Bei diesen Wettkämpfen erfahren die Kleinsten von uns, was es bedeutet, als Team ein Rennen zu bestreiten und entwickeln eine Motivation, ihre Fähigkeiten im Training immer weiter auszubauen. So ist beispielsweise unsere 3. Nachwuchsgruppe (9 Jahre und jünger) seit dem 17. Mai 2014 die drittbeste Mannschaft der Region Nordwestschweiz. Dies macht mich als Trainerin dieser Equipe extrem stolz. Diese Mannschaft hat letzte Saison bewiesen, dass Kinder, in einem relativ kleinen Club, mit viel Spass am Schwimmen und ein bisschen Trainingsdisziplin viel erreichen können.

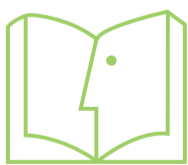
**Glauben Sie, dass es in der Regio Basiliensis jemals ein gedecktes 50-Meter-Becken geben wird? Was ja schon seit Jahrzehnten ein Politikum ist ...**

Ja, ich weiss. Es ist sehr schade, dass man über dieses Thema so lange diskutieren und argumentieren muss. Ich bin sogar selber mal auf die Strasse gegangen und habe Unterschriften für eine Ballonhalle beim Gartenbad St. Jakob gesammelt. Leider ohne Erfolg. Es ist erwiesen, dass Schwimmen eine der gesündesten Sportarten auf dieser Erde ist. Wenn man im Winter in unsere Hallenbäder reinschaut, sind diese zum Teil so voll, dass man gar keine Lust mehr zum Schwimmen hat. Zudem haben Vereine wie der SBO oft Probleme, genügend Wasserfläche zu erhalten. Ich denke, ein gedecktes 50-Meter-Becken würde hier einiges bewirken. So könnten auch wichtige Wettkämpfe – wie die Schweizer Meisterschaften – hier stattfinden. Dies hätte auch für unsere Region einen enormen Nutzen. Ich bin zuversichtlich gestimmt und hoffe, dass sich die Regierung(en) und die Bevölkerung bald dazu durchringen, ein 50-Meter-Hallenbad zu bewilligen.

Wir danken Frau De Courten für ihre ausführlichen, profunden Antworten auf unsere Fragen und wünschen ihr und dem SBO eine erfolgreiche Saison 2014.

Text und Interview: Georges Küng

### Gemeindeinformationen



**Bibliothek Bottmingen**

#### Öffnungszeiten über die Feiertage

Über Auffahrt und Pfingsten ist die Bibliothek an folgenden Tagen geschlossen:

**Freitag und Samstag, 30. und 31. Mai, Pfingstamstag und Pfingstmontag, 7. und 9. Juni**

Das Bibliotheksteam wünscht Ihnen schöne Feiertage!

**KAMISHIBAI**

**Tiergeschichten aus dem Koffer**  
für Kinder ab 4 Jahren  
erzählt von Eva Graf und Kathrin Bollinger

**Donnerstag 5. Juni 2014, 14.30 Uhr**

Bibliothek Bottmingen  
Dauer ca. 35 Minuten, Eintritt frei

### Gratulationen

#### Juni 2014



#### 80. Geburtstag

Montag, 2. Juni 2014: Walter Gassner  
Dienstag, 3. Juni 2014: Johann Jungo  
Donnerstag, 5. Juni 2014: Rolf Frentzel  
Freitag, 27. Juni 2014: Graziella Voggel-Pianalto

#### Goldene Hochzeit (50 Jahre)

Mittwoch, 18. Juni 2014: Ehepaar Otilde und Georg Müller-Scherrer  
Mittwoch, 25. Juni 2014: Ehepaar Suzanne und Urs Schwander-Barraud

#### Diamantene Hochzeit (60 Jahre)

Sonntag, 8. Juni 2014: Ehepaar Martha und Adrien Bertholet-Rindlisbacher

Wir gratulieren allen, die im schönen Monat Juni ein Jubiläum zu feiern haben, ganz herzlich. Wir wünschen ihnen einen wunderbaren Tag und dass Gesundheit, Glück und Wohlbefinden ihnen treue Begleiter sind auf ihrem zukünftigen Weg.  
Der Gemeinderat

### Vereine

#### Musikverein Bottmingen



Das Jahreskonzert 2014 mit einem vielseitigen kulinarischen und musikalischen Angebot gehört schon wieder der Vergangenheit an. Es macht Freude zu sehen und zu hören, wie die kleinen Musikantinnen und Musikanten mit den Blockflöten ihren Auftritt meisterten. Als Solisten konnten einige Jungmusikantinnen und Jungmusikanten ihr Können vor einem begeisterten Publikum präsentieren. Das «Jöbli» hatte unter der Leitung von Ellen Fahrner die Aufmerksamkeit von den vielen Gästen auf sicher und erntete entsprechend grossen Applaus.

Anschliessend nahm der Musikverein auf der Bühne Platz. Traditionsgemäss wurde der erste Teil vom Vizedirigenten Peter Thommen geleitet.

Dreissig Jahre Dieter Fahrner beim Musikverein Bottmingen muss gefeiert werden. Als grosse Überraschung für die «Fahr-