



Frederic, Xavier, Mathis und Lukas (v.l.n.r.)

## Heidelberg – (03.-04.04.2021) Lukas Klos knackt die JEM-Norm

Nach langer Wettkampfpause konnten die drei Bundeskaderathleten der SG EWR Rheinhessen Mainz mit Ihrem Trainer Xavier Ábalos Cuevas auf dem Fina-Olympiaqualifikationwettkampf in Heidelberg an den Start gehen: Lukas Klos (04) und Mathis Schönung (04) des SSV Bingen und Frederic Bensalah (07) aus Nieder-Olm.

Der Wettkampf lief ohne Publikum und unter strengsten Hygienemaßnahmen ab, Corona-Schnelltest oder wahlweise einen PCR-Test.

Lukas ist in 50, 100 und 200m Freistil gestartet. Sein Hauptaugenmerk lag auf den 50m, die er am Sonntag erfolgreich meisterte!

Im Vorlauf schwamm er in 50m Freistil die Qualizeit für den Bundesnachwuchskader NK1 mit einer Zeit von 23,32 Sekunden.

Abends im Finale unterbot er die Norm für die Junioreuropameisterschaften mit einer starken Zeit von 23,08 Sekunden 😊. Die JEM soll Anfang Juli in Rom stattfinden.

Mit dieser Zeit setzte er in der Offenen Wertung in Rheinlandpfalz auch einen neuen Rekord. Noch nie war auf 50m Kraul in RLP jemand schneller unterwegs, Respekt von allen Seiten!!!!

Mathis startete sonntags nur in 200m Brust (Vorlauf und Finale), da er seit 6-7 Wochen nur mit halber Intensität und ohne Belastung wegen eines Infekts trainieren konnte.

Er konzentrierte sich mehr auf Technik, Renneinteilung, Kraft und Stabilisation.

Die 200m Brust waren nun der erste Versuch zurück zur Normalität. Er fühlte sich fit und gut vorbereitet. Im Vorlauf bestätigte er seine Bestzeit (2:22,17) mit einer Zeit von Minuten.

Im Finale konnte er sich nochmal steigern und schaffte die 200m Brust in 2:21,70 Minuten.

Er war sehr zufrieden, da seine Renneinteilung perfekt war und er sich eine neue Bestzeit erkämpfte.

Aber auch herzlichen Glückwunsch an Fredi Bensalah!

Er knackte in 400m Lagen einen 25-jährigen rheinlandpfälzischen Altersklassen-Rekord mit einer Zeit von 4:51,81 Minuten 😊.