

## **Steckbrief Angelika Illeson:**

„Hallo, ich bin Angelika Illeson und seit September 2024 neu im Trainerteam der L3. Gestartet bin ich vor vielen Jahren als Übungsleiterin in meinem Heimatverein, dort habe ich 1998 die C- und 2001 dann auch die B-Lizenz erworben.“

### ***Wie bist Du zum VfL Sindelfingen gekommen und wann?***

„Durch den Stützpunkt und das Talentnest war ich immer mal wieder in Kontakt mit einzelnen Trainern; vor einigen Monaten hat sich dann auch die Möglichkeit aufgetan, ins Trainerteam einzusteigen – worüber ich mich sehr freue 😊. So konnte ich zwischen Pfingst- und Sommerferien bei der L4 „reinschnuppern“ und bin im September als Unterstützung in der L3 gestartet.“

### ***Warst Du selbst aktiver Sportler: welches war Dein Heimatverein und was waren Deine größten Erfolge?***

„Klar, ich bin mit dem Schwimmen groß geworden: so war ich ganz klassisch vom Seepferdchen bis hin zum leistungsorientierten Wettkampftraining viele Jahre in meinem Heimatverein, dem SV Gerlingen (SG Glems) aktiv. Als Jugendliche habe ich regelmäßig an den Württembergischen Jahrgangsmesterschaften teilgenommen. „Alter schützt vor Leistung nicht“ – erfolgreicher wurde es dann erst bei den Masters Wettbewerben wie DMM und Masters EM mit einigen (Staffel)-Medaillen und natürlich tollen Erlebnissen als Mannschaft.“

### ***Was möchtest Du vor allem den Schwimmerinnen und Schwimmern vermitteln?***

„Freude am Training, Durchhaltevermögen, Zielstrebigkeit – Schwimmsport ist Fleißarbeit, also dran- und dabei bleiben, selbst wenn es mal kleine Durstrecken gibt....“

### ***Was ist Dein Leitmotiv für den Schwimmsport?***

„Steck Dir realistische Ziele – mit Fleiß kannst Du weit kommen.“

### ***Was ist Dir bei Deiner Arbeit mit Kindern und Jugendlichen besonders wichtig?***

„Neben den schwimmerischen Zielen ist mir ein guter Zusammenhalt in der Trainingsgruppe und ein respektvolles Miteinander wichtig. Jeder soll sich wohlfühlen und gerne zum Training kommen.“

### ***Was ist für Dich das Besondere am VfL Sindelfingen?***

„Das werde ich jetzt sicherlich nach und nach herausfinden 😊.“

### ***Wenn Du nicht am Beckenrand stehst bzw. für die Schwimmabteilung tätig bist, was machst Du dann?***

„Vormittags arbeite ich (derzeit in Teilzeit) und nachmittags/abends ist dann noch Zeit, um ein bisschen Sport zu machen (Wochenziel: 1x Wasser, 1x Land), und um die sportlichen Aktivitäten meiner Kinder zu begleiten. Außerdem koche bzw. backe ich sehr gerne und Urlaub darf natürlich auch nicht fehlen (eher die aktive Variante).“