

Montag, 08.01.2018

HSV-Winterlehrgang in Frankfurt

Der diesjährige Nachwuchs-Winterlehrgang fand in diesem Jahr vom 02. bis 07. Januar in Frankfurt und damit seit langem ohne Schnee und Langlaufski statt. Die 18 jungen Athleten aus insgesamt neun Vereinen reisten am Vormittag nach Neujahr an, um gemeinsam mit Thomas Rother (SG Frankfurt), Markus Welzel (Athletik) und Stefan Melms (HSV-Landestrainer) eine Woche mit insgesamt zehn Wassereinheiten zu stemmen. Auf dem Plan standen außerdem ebenso viele Athletikeinheiten, die vor allem die Bereiche Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit forderten. Im Wasser wurden immerhin knapp 50 km bewältigt, wobei der Vormittag eher Umfang lastig ausfiel, während nachmittags an Starts, Wenden, Schnelligkeit und auch Wettkampfverhalten gefeilt wurde. Auch ein Stufentest – der Klassiker über 8x200 HSA – wurde geschwommen. Die Athleten zeigten sich, trotz der Pause über die Jahre und der damit verbundenen leiblichen Genüsse, sehr motiviert. Am Donnerstagabend ging es in Kino in die Frankfurter Innenstadt. Im nächsten Jahr findet der Winterlehrgang wieder im Schnee statt (06. – 13. Januar in Oberstdorf – Ausschreibung folgt). Besonderer Dank gilt – neben den Sportlern für ihren Einsatz – Thomas Rother und Markus Welzel, die entscheidend zum guten Gelingen der Maßnahme beitrugen.

VON: STEFAN MELMS- HSV LANDESTRAINER



TN des HSV Winterlehrgangs Foto: M. Gehrlein