

Kaderlehrgang in Bonn 24.01.10

Am 24.01.10 fand im Landesleistungsstützpunkt Bonn der erste NWTU- Kaderlehrgang des Jahres statt. Die Teilnehmer des Lehrgangs waren die nominierten Sportler der bevorstehenden DEM Jugend A und der Trelleborg Open und so unterteilte man auch das Training in zwei Gruppen.

Es wurden 3 Trainingseinheiten durchgeführt. Die Schwerpunkte der ersten Trainingseinheit lagen im Technik-Taktik-Bereich, man stellte die Sportler auf die Besonderheiten des EBP-Adidas Systems ein, mit dem die DEM A ausgetragen wird.

Es folgten eine sehr intensive Sparringseinheit auf EBP-System und anschließend eine Konditionseinheit bei der die Sportler an ihre Grenzen gehen mussten.

Zum Abschluss des Lehrgangs gab man die offizielle Nominierung bekannt und klärte noch mal die Sportler über ihre Meldepflichten auf.

Ohne nennenswerte Verletzungen endete der Lehrgang erfolgreich und man kann jetzt gespannt auf die kommenden Meisterschaften vorausschauen.

