

1. Stützpunktraining Poomsae der NWTU

Zum ersten Stützpunktraining Poomsae, im Bereich der NWTU konnten Dr. Petra v.d. Heussen und Bernd Petersohn gleich 15 KadersportlerInnen im neuen Landesstützpunkt Ost, in Bochum begrüßen.

Trotz widriger Wetterverhältnisse fanden sich die Kadermitglieder ein, um zunächst einmal von der neuen Stützpunktrainerin zu erfahren, wie sie sich ihre Trainingsarbeit zukünftig vorstellt und auch schon erste Informationen bezüglich der Terminplanung für 2007 zu erhalten. Nach dieser Einleitung nutzte Landestrainer Bernd Petersohn gleich die Gelegenheit um auf wichtige Punkte, die anlässlich des Landestrainertreffs in Hannover herausgearbeitet wurden, hinzuweisen und somit auch Trainingsschwerpunkte zu setzen.

Aber auch die praktische Arbeit sollte nicht zu kurz kommen und so bereitete Petra die Gruppe erst einmal mit einem gelungenen, durch musikunterstützten, Aufwärmprogramm auf das eigentliche Techniktraining vor. Das das Stützpunktraining eine gute Unterstützung zum Vereinstraining und auch eine optimale Ergänzung zu den Kaderlehrgängen ist, zeigte die, anschließend von Petra vorgenommene, Aufteilung in Trainingsgruppen, die dadurch optimal von den beiden Trainern betreut werden konnten. Auch die Trainingsmöglichkeit von vereinsübergreifenden Teams wird sich hierdurch weiter verbessern.

Wie ja schon veröffentlicht, werden zukünftig einmal monatlich Stützpunkttrainings, jeweils im Bereich West und Ost, angeboten, wobei aufgrund der etwas ungleichmäßig verteilten Gruppenstärke, das Training im Bereich West von Manuel Kolb allein durchgeführt wird. Nach dem frühen Saisonhöhepunkt IDM in Ingolstadt, sollen aber auch Sichtungskandidaten zu den Stützpunkten geladen werden, um hierdurch den Nachwuchs weiter zu fördern. Die einzelnen Trainingstermine/ -orte werden auch auf der NWTU-Homepage veröffentlicht.

Nun aber zurück zum Training. Gegen Ende der 2,5 Stunden hatte sich Petra noch etwas Besonderes einfallen lassen. Zu fetziger Musik mussten die TeilnehmerInnen Technikbahnen laufen und konnten dadurch auch einmal eine etwas andere Art des Formenausdauertrainings kennenlernen.

Alles in allem kann das erste Stützpunktraining als gelungen betrachtet werden, so dass auch der anwesende Formenreferent Frank Krause zufrieden den Heimweg antreten konnte.