Saisonstart für Langläufer aus Aschau i. Chiemgau

Beitrag

Erstes Trainingslager zur Vorbereitung auf die „Bayerischen und Deutschen Wettkämpfe“ für diese Saison im Nordic Zentrum Neubau/Fichtelberg.

Ein Langläufer wird im Sommer gemacht, deshalb befinden sich die WSV Aschauer seit April voll in der Saisonvorbereitung und hatten nun erstmals die Gelegenheit ihr Leistungsvermögen in einem gemeinsamen Trainingslager unter Beweis zu stellen. Durch entsprechende Hygienekonzepte ließ sich dies in der Einzelsportart Skilanglauf bestens durchführen. Insgesamt waren 25 Sportler in verschiedenen Gruppen zu den Trainings eingeteilt.

Techniktraining und Videoanalysen zum Beginn

Den Auftakt des verlängerten Wochenendes bildeten die Skiroller Einheiten in der Skating und Klassischen Technik. Durch Videoanalysen konnten die Kids an ihrer Technik feilen und setzten dies enorm schnell um. Unter anderem gehörte auch der Skigang und Schrittsprünge zum Programm. Das Highlight war die lange Skigang Tour durch das Felsenlabyrinth zum Kösseine Haus, wo sich alle auf ihre deftige Brotzeit gefreut haben. Insgesamt wurden an den vier Tagen SECHS scharfe Trainingseinheiten absolviert. Durch das Trainerteam konnte von jedem Einzelnen die Technik verbessert werden! Am Sonntag kam dann der krönende Abschluss mit dem Testwettkampf im Skiathlon. Jedes Kind musste unter Wettkampfbedingungen verschiedene Runden auf der Skirollerbahn Neubau/Fichtelberg in der Klassischen & Skating Technik im Wechsel laufen. Alle gingen an ihre Grenzen und konnten sich technisch und körperlich verbessern! Das lässt uns zuversichtlich in die Saison gehen.

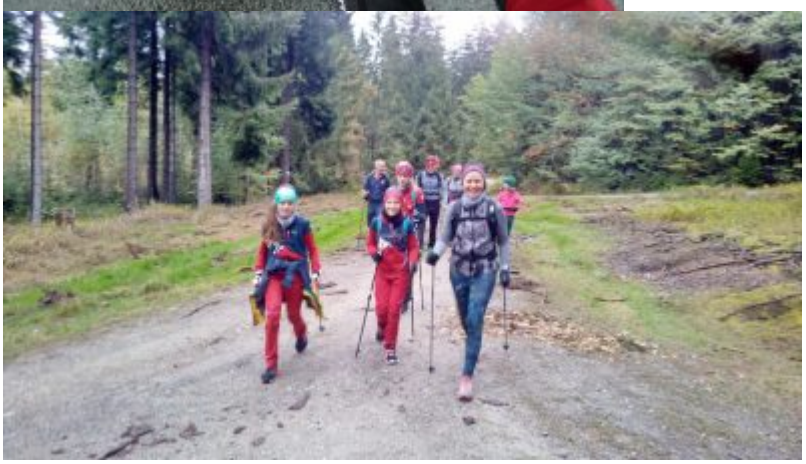
Schule und Training

Um optimale Leistungen zu bringen muss die Abstimmung mit Schule und Training perfekt abgestimmt sein. So hatten alle Kids unter Betreuung Schulzeiten einzuhalten. Der Lernstoff wurde von den verschiedenen Schulen/Lehrern im Vorfeld zur Verfügung gestellt. Vielen Dank an die Schulen für die super Kooperation!

Ausflug zur Hösl Brauerei

Am Regenerationsnachmittag wurde die Brauerei Hösl besucht. Hier konnten die Kinder durch eine Führung von Michael Hösl einen Einblick gewinnen, was man aus Gerste, Hopfen, etc. alles machen kann. Natürlich im Schwerpunkt für die Kids Spezi und Limo ? Alle waren begeistert und am Ende gab es noch für alle Schnitzel, Kartoffelsalat und Limo. Die Trainer kosteten natürlich die verschiedenen Hopfenwasser. Ein großes Dankeschön an den SC Neubau (Johannes Hofmann) für die Möglichkeit kostenlos das Gelände zu nutzen! Cool war auch, dass Rahmenprogramm! Die Kinder durften zwischen den Wettkämpfen am Sonntag kostenlos ins Biathlon hineinschnuppern. Es war für alle ein Erlebnis und nun geht das alltäglich Training wieder weiter und es steht bereits der nächste größere Block auf dem Plan.

Bericht und Bilder: **Markus Meister,** Spartenleiter WSV Aschau i. Chiemgau



Anton Hötzelsperger
14. Oktober 2020
Saisonstart für Langläufer aus Aschau i. Chiemgau

Anton Hötzelsperger
14. Oktober 2020
Saisonstart für Langläufer aus Aschau i. Chiemgau

Kategorie

1. Sport

Schlagworte

1. Aschau
2. Chiemgau
3. Langlauf
4. WSV Aschau