

Bericht Lehrgang 5.4. – 11.4.2009 in Berlin

Vom 5.4 – 11.4 2009 fand unser traditioneller Osterlehrgang, diesmal in Berlin statt.

Teilnehmer war der aktuelle Bundeskader und dazu die sich diese Saison für den Kader empfohlenen Athleten.



Mit einer Rekordbeteiligung von 22 Sportlern, es fehlten nur J.Pfrenge und S.Hecken, starteten wir den Lehrgang.

5 Sportler kamen direkt von ihrem letzten WK zum LG und trotz der Strapazen und der langen Saison arbeiteten alle super mit.

Das Lehrteam	I.Schindler	BT Nachwuchs
	M. Albrecht	Nachwuchskoordinator am BuStzpkt. NRW
	R.Ketterer	Nachwuchskoordinator am BuStzpkt. BER
	I.Svec	Schritttraining / Improvisation
	I.de Navarre	Spezialist für das NWS
	M. Bogaerts	Ballettlehrer

war den Sportlern bereits aus den letzten LG bekannt. Nur im Bereich des Ballett hatten wir ein „neues“ Gesicht, mit welchem wir einen Volltreffer landeten.

M.Bogaerts arbeitet früher bereits mit M.Skotnicky und unserem erfolgreichen Eistanzpaar Winkler/Lohse zusammen. Aus diesem reichen Erfahrungsschatz gab er auch unseren Junioren wertvolle Tipps und das nicht nur im BA-Saal, sondern er kam auch mit ans Eis und versuchte Mimik und Gestaltung direkt zu verbessern. Vor allem unsere Jungs waren von seinem Unterricht begeistert und wir freuen uns schon auf die weitere Zusammenarbeit im Sommerlehrgang.

Iwo Svec konnte seine bereits in den letzten LG angefangene Arbeit weiterführen und regte die Sportler immer wieder an, selbst kreativ zu werden. Dabei zeigte sich, dass sich die Sportler immer besser verstehen und auch die „Neuen“ gleich gut integriert wurden.

In der Vorbereitung zu unserem Sprungtest gingen alle noch mal bis an ihre Leistungsgrenzen. Auch hier stachen unsere Jungs hervor, die sich nichts schenken und immer noch einen drauf setzen wollten.



Trotzdem stellte *Isabel Drescher* beim Sprungtest alle in den Schatten. Mit einer super Leistung mit allen 3fach Sprüngen, 2 verschiedenen 3fach/3fach Kombinationen, waren selbst die Jungs chancenlos.

Alle Sportler, die noch den Sprungtest zur Kadernormerfüllung brauchten, konnten diesen erfolgreich absolvieren.

Am letzten Tag gab noch einmal eine Herausforderung. Aus den Ergebnissen des Sprungtestes stellten wir Paare, ähnlich der Skisprungqualifikation 1. und Letzter, 2. und Vorletzter usw., zusammen, die dann in 4 Durchgängen um die höchst mögliche Punktzahl fighten mussten. So versuchten die Besten durch super Leistung die Schwächen der anderen zu kompensieren. Es entstand ein interessanter Kampf der Teams, den Daniel Dotzauer und Denis Wieczorek für sich entschieden.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit war die Vorbereitung der Elemente der neuen Saison und mit Isabel de Navarre hatten wir auch wieder eine Spezialistin, die uns viele Hinweise gab um mit interessanten und schwierigen Eingängen, Wechseln und Haltungen unsere Levels bei Pirouetten zu steigern.

Auch unsere Diskussionsrunde zum Auftreten bei Wettkämpfen brachte allen so einige neue Erkenntnisse, denn Frau de Navarre erzählte den Sportlern aus der Sicht des technischen Panels, wie man Sportler wahrnimmt, wie sie im Gedächtnis bleiben und wie man taktisch ein Training gestalten kann. Ein nicht unwesentlicher Fakt, wenn man in einem Feld von 50 Teilnehmern positiv auf sich aufmerksam machen will.

Im Gegensatz zum letzten Jahr, wo wir in Oberstdorf fast eingeschneit waren, hatten wir dieses Jahr schon Frühsommer und diesen nutzten die Jungs zu einer zünftigen go kart Fahrt. Unsere Bundestrainerin hatte das „Vergnügen“ mit 22 Sportlern ins Kino zu gehen. Aber auch hier zeigte sich der gewachsene Zusammenhalt der Gruppe.

Eigentlich wollten die älteren in den Film „Fast & Furious“, aber da nicht alle auf Grund des Alters mit in den Film durften, entschieden sich alle für „Der Kaufhaus Cop“. Und so hatten wir bei Cola, Popcorn und viel Slapstick einen herrlich lustigen Abend.

Und so konnten sich alle nach einem gelungenen Osterlehrgang auf ihre freien Tage freuen und verabschiedeten sich mit einem großen Dankeschön beim Trainerteam.