Erfolgreiches Trainingslager in Chomutov

Die Damen I und fünf Spielerinnen der Damen II absolvierten vergangenes Wochenende erfolgreich ihr Trainingslager im tschechischen Chomutov. Wie bereits im Vorjahr waren unsere Mädels im Sportzentrum Sporice (www.halasporice.cz) mit rundum sorglos Paket (3 Felder Halle, Sauna, Spinning, Fitnessraum, Mehrbettzimmer mit Vollpension) zum fairen Preis gut aufgehoben. In vier Trainingseinheiten a drei Stunden stand neben Grundelementen vor allem der eigene K1 (Angriff aus erster eigener Annahme) im Fokus von Spielertrainerin Monique Ehrig, denn dies war einer der Schwachpunkte letzte Saison. Wichtig hierbei auch die Integration der Nachwuchsspielerinnen, die bislang noch im klassischen 4-2 agieren. So waren am Ende des Trainingstages nicht nur die Muskeln, sondern auch der Kopf einigermaßen gestresst. Entspannung gab es am Samstagabend beim allseits bekannten und beliebten Mexicaner der Stadt.

Die Teilnehmerinnen des Trainingslagers auf einen Blick. Foto:Staar

Besonderer Dank der Trainerin ging an Stefanie Schreiter, die sich intensiv um Kräftigung, Dehnung sowie Cool down kümmerte und für die kommende Spielzeit als Co–Trainerin zur Verfügung stehen wird. Auf dem Spielfeld wird es auch einige Veränderungen geben. Nicole Wächtler wechselt jetzt dauerhaft die Trikotfarbe und muss als Libero ihr Kapitänsfrauamt abgeben. Von allen einstimmig gewählt übernimmt nun Susan Fuhrmann diese Aufgabe. Die aus der Babypause zurück ins Team gekehrte Diagonalspielerin Nadine Weigel wird ihr als Stellvertreterin zur Seite stehen. Auch nach dem Trainingslager bekannte sich Spielertrainerin Monique Ehrig noch nicht zu Saisonzielen. Zwar habe man nicht zuletzt durch die Rückkehr von Uta Wätzig und Nadine Weigel einiges an Qualität, Variabilität und Schlaghärte im Angriff dazubekommen, die Spielpause von Stefanie Schreiter sorge aber für eine nicht zu unterschätzende Lücke in Annahme und Feldabwehr. "Wir werden alle nicht jünger, daher zählt für mich in erster Linie die Integration unserer Nachwuchstalente", so Ehrig nach Rückkehr am Sonntagnachmittag. Erster Gradmesser für unsere Damen wird am 22.09. die Mannschaft von Fortschritt Lichtenstein II sein.

zurück