



club sântis
gönnervereinigung ossv

Gemeinsamer Hallenkurs in Landgraaf

Die OSSV Juniorinnen und die Top Gruppe des OSSV JO Kaders machten sich in der vergangenen Woche gemeinsam auf die Reise nach Landgraaf (NED). Einmal jährlich wird der lange Weg in Kauf genommen um dort in der Skihalle intensiv am neuen Slalomschwung zu arbeiten. Der Ausflug hat sich auch in diesem Jahr wieder gelohnt, wenn man die Entwicklung aller Athleten/Innen in diesen acht Einheiten verfolgte. Nach der längeren Schneepause und dem intensiven Athletiktraining im Sommer waren allen Athleten/Innen die Motivation und die Vorfreude auf die bevorstehende Wintersaison sichtlich anzumerken.

Die Skihalle bietet eine gelungene Alternative zum Gletschertraining, vor allem wenn man die momentane Schneelage auf den Gletschern betrachtet. Das tägliche Programm in Holland ist dicht gedrängt und verlangt eine hohe Bereitschaft der Athleten/Innen. Es stehen jeden Tag zwei Einheiten Skitraining a 2 Stunden am Programm. Die geringe Meereshöhe ermöglicht einen größeren Umfang zu absolvieren, bei ständig gleichbleibenden Bedingungen und gleichzeitig besserer Erholung als auf dem Gletscher. Dazwischen finden zusätzliche Videoanalysen, Athletiktrainings, Lerneinheiten, Skipräparation und Essen statt. Doch nach einigen Tagen Training im sogenannten „Kühlschrank“ ist jeder froh, dass Skifahren eine Freiluftsportart ist.

In den anstehenden Herbstferien wird die weitere Vorbereitung auf den umliegenden Gletschern fortgeführt. Nun gilt es das erarbeitete positive Gefühl auf den „echten“ Schnee zu transferieren. Die Trainingsbedingungen auf den Gletschern gestalten sich aufgrund der vorherrschenden Schneesituation schwieriger als in den vergangenen Jahren. Wobei wir im Vorfeld des Hallenkurses mit allen Athleten/Innen auf dem Pitztaler Gletscher sehr ansprechende Bedingungen vorgefunden haben!

