Eine verschworene Einheit: die Teilnehmer des Trainingslagers.

FOTO: RUEDI AMMANN

22 Stunden hartes Training absolviert

Geräteturnen | Athleten des Trainingszentrums Schattdorf

Schon beim Grundmatte-Cup war ersichtlich, dass die knapp zwei Dutzend Turner des Trainingzentrums Schattdorf (TZS) gut auf die neue Wettkampfsaison vorbereitet sind. Jetzt wurde als Tüpfchen auf das i noch das Frühjahrstrainingscamp vom 11. bis 16. April im luzernischen Grosswangen gesetzt. 19 Turner im Alter von acht bis 23 Jahren beteiligten sich daran. Im Hinblick auf das umfassende Programm – fünf Tage mit 22 Stundenlektionen – hatten Leiter Urban Zurfluh, Urban Renggli, Matthias Kempf (TZ-Chef), Adrian Richiger, Daniel Bissig, Christoph Walker und Reto Baumann ein Konzept erarbeitet, das auf die Behebung noch vorhandener Mängel ausgerichtet war. Das Programm beinhaltete technische Verbesserungen der Elemente, das Trainieren von Elementekombinationen, ferner die Förderung von Kraft und Beweglichkeit. Auch modernste Hilfsmittel wurden beigezogen. So kam eine Videokamera zum Einsatz, um die turnerischen Aspekte umfassend analysieren zu können. Ein Nachmittag des Trainingslagers war ganz auf Regeneration ausgerichtet. Gesellschaftliche Spiele bildeten den abendlichen Rahmen, wobei auch die kameradschaftlichen Bande weiter gefestigt wurden. Urban Zurfluh: «Alles in allem eine erfreuliche Trainingswoche.» Und Matthias Kempf ergänzte: «Die Turner erzielten in verschiedenen Bereichen unverkennbare Fortschritte. Die erste nationale Nagelprobe folgt bereits Ende April anlässlich des Wettkampfes der jeweils ausgezeichnet besetzten Aargauer Meisterschaften in Niederrohrdorf. Bei den Ausmarchungen wird das ganze Kader mit von der Partie sein.» (ar)