

# Erste Schnee-Einheiten für Langläufer

WSV-Nachwuchs reiste zum Herbstlehrgang nach Oberhof



Viel Technikarbeit stand für die Sportler in Oberhof auf dem Programm. „Die Gruppe ist noch besser zusammengewachsen“, sagte Trainer Stefan Kirchner. Foto: isa

isa **Oberhof.** Technikgrundlagen auf Rollen und auf Ski – beides konnten die Wintersportler des Westdeutschen Skiverbandes (WSV) in der ersten Ferienwoche erlernen und verbessern. Schließlich stand die jährliche Fahrt nach Oberhof wieder auf dem Terminplan. Der Tagesablauf für den Nachwuchs war fast immer der gleiche – und dazu gehörte Frühsport, anschließend die erste Trainingseinheit zu Fuß oder auf Skirollern und nachmittags ging es dann in die Skihalle, so dass sich die Sportler mindestens eine Schneeeinheit pro Tag mitnehmen konnten.

An einem Tag stand auch zweimal Skihalle auf dem Plan. Dafür mussten die Schüler dank des darauf folgenden Wettkampfes am Samstag auf ihre Skieinheit verzichten. Nicht nur während des Trainings feilten die Schüler an ihrer Technik, sondern auch noch in ihrer Freizeit. „Abends haben wir uns dann zusammengesetzt und eine Videoanalyse der Aufnahmen des Technik-Trainings gemacht“, erklärte Stefan Kirchner, Stützpunkttrainer des Westdeutschen Skiverbandes (WSV).

Aber nicht nur das Auswerten des Trainings gehörte zu dem Herbstlehrgang dazu, sondern auch die Materialpflege. „Gerade die jüngeren Schüler lernten, wie wichtig es ist, neben dem Training auch die Skier zu pflegen“, ergänzte Stefan Kirchner. Unter den 25 Teilnehmern waren aber nicht nur Kadernsportler des WSV.

Denn der VfL Bad Berleburg lud parallel zu einem Vereins-Lehrgang in Oberhof ein, damit mehr Sportler die Trainingseinheiten in der Skihalle nutzen konnten. Neben den Nachwuchs-Skilangläufern aus dem Rothargebirge trainierten auch verschiedene National-Teams und B-Kader-Sportler in der vergangenen Woche in der gut besuchten Skihalle und auf der nahe gelegenen Rollerbahn.

„Der Höhepunkt der Woche für einige Schüler war mit Sicherheit der Moment, als sich bei den Sprints die Biathletin Nadine Horchler dazu stellte und mit ihnen um die Wette lief“, berichtete der Stützpunkttrainer des WSV stolz. Denn nun könnten diese Sportler behaupten, gegen einen Profi gesprintet zu haben. Am Ende der Woche konnten nur die wenigsten Athleten glauben, dass es schon wieder vorbei war.

„Die Gruppe ist noch besser zusammengewachsen und dann macht das Training den Sportlern auch gleich viel mehr Spaß, wenn man sich gut versteht“, bestätigte Stefan Kirchner. Für die jugendlichen Kadernsportler steht ab Mitte November der Norwegen-Lehrgang als nächstes Ziel fest, um auf den ersten Deutschlandpokal der Wintersaison vorzubereiten. Für die Schüler und Vereinssportler jedoch geht es dann Anfang Dezember mit dem Nordischen Skiverein Rothargebirge auf den Bezirkslehrgang.