



Emily Schneider auf der 90-Meter-Schanze in Lillehammer: Die Nordische Kombiniererin und ihre Teamkollegen des SC Rückershausen holten sich im Trainingslager in Norwegen den Feinschliff für die Wintersportsaison.

Fotos: Verein

Feinschliff für den Winter geholt

SJUSJÖEN / LILLEHAMMER Nordische Kombinierer des SC Rückershausen im Trainingslager

*Neben den Einheiten
standen auch
Unterrichtsstunden und
sogar Klassenarbeiten
auf dem Programm.*

sz ■ Fünf Nordische Kombinierer des SC Rückershausen absolvierten jett einen anspruchsvollen Lehrgang in Norwegen. Die Wintersportler trainierten zwei Wochen lang auf den Langlaufloipen im Wintersportzentrum Sjusjöen sowie auf der Olympiaschanze in Lillehammer. Dem SCR-Team gehörten neben Trainer Thomas Wunderlich die Athleten Lukas Wied,

steiner Athleten teilten sich diese Loipe mit Biathleten, Langläufern und Kombiniern verschiedener Nationalkader, u. a. aus Deutschland, Norwegen und Russland. Für alle Wintersportler galt allerdings eine vorgeschriebene Fahrtrichtung, damit alle ungehindert ihre Runden absolvieren konnten. Die 90-Meter-Schanze im nahegelegenen Lillehammer wurde ebenfalls zu Beginn des Lehrgangs ausschließlich mit Kunstschnee präpariert und erst in der zweiten Woche für den Trainingsbetrieb freigegeben.

An insgesamt drei Tagen konnten die heimischen Kombinierer mehrmals in Ruhe auf der Sprunganlage trainieren und an ihren Sprungtechniken feilen, bevor das Weltcup-Springen der Damen sowie

sowie einem anschließenden Kombinationslauf – je nach Alter – über sechs bzw. zehn Kilometer in der Loipe. Eine Siegerehrung abends in der Blockhütte rundete diese Leistungskontrolle ab.

Um die schulische Betreuung der Sportler kümmerte sich die nachgereiste Corinna Müller, Lehrerin am Willinger Gymnasium „Upland“. Anders als in Deutschland, richtete sich jedoch der mehrstündige Schulunterricht nach den täglichen Trainingsmöglichkeiten an der Schanze und auf den Loipen aus, so dass zu unterschiedlichen Zeiten gepaukt wurde. Am Wohnzimmertisch ihrer Blockhütte unterrichtete Müller acht Tage lang die Sportler in allen Hauptfächern und ließ sogar Arbeiten schreiben.

Mika Wunderlich, Pascal Horn, Emily Schneider und Sean Steenbakkers an, der kurzfristig für Ryan Horn eingesprungen war. Fünf weitere Kombinierer des SK Winterberg mit Landestrainer Jens Gneckow und SKW-Trainer Alfred Grosche komplettierten die Trainingsmannschaft des Westdeutschen Skiverbandes.

Mit zwei Kleinbussen führte die Anreise zunächst bis nach Kiel. Von dort aus setzten sie per Fähre bis nach Göteborg über, ehe sie die letzten 470 Kilometer auf der Straße zurücklegten. Ihr Quartier bezogen die zehn Sportler zusammen mit ihren drei Trainern und einer Betreuerin in einem eigens gemieteten Blockhaus. Zwar lag im eigentlich schneesicheren Sjusjön noch kein Schnee, dafür herrschten dort frostige Temperaturen zwischen minus fünf und minus zwölf Grad Celsius, so dass ein Training auf Kunstschnee möglich war.

Die örtliche Kuntschnee-Loipe betrug anfangs noch 3,5 Kilometer Länge, wurde jedoch laufend erweitert bis zuletzt auf 7,5 Kilometer. Auf dieser acht bis zehn Meter breiten und recht komfortablen Langlaufstrecke, die mehrmals am Tag neu präpariert wurde, herrschten durchweg sehr gute Trainingsbedingungen. Die Wittgen-

die Weltcup-Wettkämpfe der Kombinierer begannen. Aus diesem Grund traf man unter anderem auf viele bekannte Weltcup-springer und Kombinierer, wie Mario Seidl, Willi Denifl oder Bernhard Gruber, die sich ebenfalls auf ihre anstehenden Wettbewerbe vorbereiteten. Zum Abschluss absolvierte das WSV-Team einen Kombinations-Wettkampf mit einem Sprungdurchgang auf der K-90-Schanze

Zum Beispiel mussten Lukas Wied und Lenard Kersting am Einzeltisch in der Küche ihre jeweiligen Klausuren schreiben. Diese wurden zuvor von den jeweiligen Lehrkräften via E-Mail oder Dropbox nach Norwegen gesendet. Nun blicken die Sportler erwartungsvoll auf die anstehenden Wettkämpfe – der erste fand bereits in Rastbüchel statt (SZ berichtete). Die Resultate konnten sich sehen lassen.



Insgesamt zehn Sportler aus Rückershausen und Winterberg waren beim Trainingslager im hohen Norden am Start.