

Guter und intensiver Input

26.08.2016 09:06 von Johannes Oswald

Wie im vergangenen Jahr ging es für das Bundesligateam nach Österreich. Als erste Aktion stand eine gemeinsame Wanderung mit abschließender Brotzeit auf dem Programm. Nach dem Zimmerbezug gab es am Donnerstagabend die erste Trainingseinheit. Insgesamt absolvierten die Spieler 10 intensive Halleneinheiten und bekamen sehr guten Input. Patrick Steuerwald, aktueller Nationalspieler und einer der besten Zuspieler Deutschlands unterstützte Coach Alexander Hezareh. Von seiner Meinung, seinem tollen analytischen Blick und seinem Spielverständnis haben alle profitiert. Vor allem am Zuspiel wurde mit dem Profi gearbeitet und dieses nochmals verbessert. Unglaublich wertvoll für das Teamgefüge und die individuelle mentale Stärke waren die Einheiten und Gespräche mit Mentaltrainerin Annette Reiners. Mit ihrer Hilfe wurden unter anderem Ziele formuliert, an der Vorbereitung auf den Ballwechsel, beziehungsweise an der Visualisierung gearbeitet und der Ablauf des Auswärtsspieltages optimiert. In Teamaktionen und durch viele Gespräche wurden Aufgaben in der Mannschaft klar und das Team nochmals gestärkt. Super war auch die gemeinsame Zeit mit den Damen von Hezarehs-Ex-Club. Mit den Drittligadamen vom TV Planegg-Krailling teilte man sich die Halle und duellierte sich beim abendlichen Werwolf-Spiel. „Das Trainingslager war sehr intensiv mit unglaublich wertvollem Input. Ich bin allen Beteiligten sehr dankbar und ganz besonders natürlich den beiden Experten. Die Spieler haben mitgezogen, hart gearbeitet und ich schaue positiv auf den Saisonbeginn.“, meint Manager Johannes Oswald. In den nächsten Wochen stehen neben dem Training einige Testwettkämpfe bevor und am 17.09. startet das Team auswärts beim SV Schwaig.

