Leistungstest und Sichtungstraining verliefen durchweg positiv

18.02.2020 08:38 von Christian Doering (Kommentare: 0)

An den vergangenen zwei Wochenenden fanden, unter der Leitung von Landestrainer Christian Doering und den Kadertrainerin, der Leistungstest für die U16 / U18 und der Sichtungslehrgang für die U14 statt.

Bei der U14 standen vor allen die technischen Fähigkeiten wie Passen, Fangen, Laufen und Koordination im Vordergrund. Auf dem Gelände der Sportuniversität Hannover wurden die Athleten ca. 2,5 h getestet. 16 SpielerInnen kamen der Einladung der Kadertrainer Attila Flockemann und Paul Smith nach und nahmen am Training teil. Eine Auswertung der Leistungen der jungen Vereinstalenten erfolgt nach der Trainerbesprechung Anfang März. Den Vereinstrainern bleibt es vorbehalten, unter den bekannten Informationsplattformen ein Feedback Gespräch zu den Sichtungsergebnissen zu vereinbaren.

Am gestrigen Sonntag, wurde mit 28 Kaderathleten der 2. Leistungstest für diese Saison, im Landesleistungszentrum am Olympiastützpunkt Hannover, abgehalten.

In der großen Hallen, sowie dem Kraftraum und dem Laufschlauch des OSP Niedersachsen, wurden Parameter wie Sprint, Sprungkraft sowie Techniken im Kraftraum abgefragt.

Zum Start wurden die Athleten vermessen und auf Ihre Beweglichkeit getestet. Danach ging es über die Sprungweite zum Sprinttest und weiter in den Kraftraum. Den Abschluss bildete der sog. Bip-Test.

Im Nachgang werden bis Mitte März die Erkenntnisse und Ergebnisse in Athletengesprächen mit den Teilnehmern und ggf. Vereinstrainern besprochen.

Der NRV bedankt sich bei Jakob Clasen, Martin Schmidt, Jan Piosik, Paul Smith sowie Attila Flockemann für die tatkräftige Unterstützung, damit die Tests in diesem Umfang überhaupt durchgeführt werden konnten.

Christian Doering

Landestrainer