

## Leuna-Skisportler starten in Saisonvorbereitung durch

von Dr. Andreas Lange

Wintersportler werden im Sommer gemacht. Das ist eine alte Weisheit, die auch für die erfolgreichen Nachwuchsskisportler des TSV Leuna zutrifft. In drei nach Alter und Leistungsfähigkeit gestaffelten Trainingsgruppen bereiten sie sich auch in diesem Frühjahr und Sommer auf die Saisonhöhepunkte des kommenden Winters vor. Wettkämpfe sind dabei nicht nur das Salz in der Suppe, sie zeugen auch vom jeweils erreichten Leistungsstand. Gerade das Training für den Skilanglauf fördert dabei die Vielseitigkeit, Ausdauer und Geschicklichkeit und schult nicht nur die wettkampfspezifischen Bewegungsabläufe.

Ausdauer, Schnelligkeit und Tempohärte wird unter anderem bei Crossläufen geschult. Die in der Region angebotenen Kreisranglistenläufe der Leichtathleten sind dabei eine gute Gelegenheit, mit einem vertretbaren Aufwand diese Fähigkeiten mit Wettkampfcharakter zu schulen. Mit guten Leistungen wurde auch in diesem Jahr am 30. April der Lauf um den Großkaynaer See absolviert. Strecken zwischen 5 und 10,4 km waren bei bestem Laufwetter zu absolvieren. Siege konnten von Hagen Hahn (U12m) Anny Wagner (U12w) und Elena Berger (W36) eingefahren werden. Mika Starke siegte in der MJ18 und Judy Hauptrock WJ U16, die sich erstmals über die lange Distanz versuchte, erreichten in ihren Klassen über 10,4 km als erste das Ziel. Weitere gute Platzierungen konnten erreicht werden.

Vielseitigkeit war am 4. Mai im Harzort Benneckenstein gefragt. Der Technik Inliner-Crosswettkampf forderte auf einer mit Inline-Skates zu absolvierenden Strecke, die mit Aufgaben, wie 8-er-Laufen, Slalom, Rückwärtslaufen, Überspringen kleiner Hindernisse u.a. gespickt war, läuferisches Können, Ausdauer und Geschicklichkeit. Im 2. Teil des Wettbewerbs war eine Hindernis-Crosslaufstrecke zu absolvieren, die den Teilnehmerinnen und Teilnehmern auch einiges abverlangte. Von der guten Arbeit der Trainer im TSV Leuna zeugt, dass der Verein bei der Veranstaltung mit Teilnehmern aus drei Bundesländern fast ein Drittel des Starterfeldes stellte. Besonders erfolgreich mit Siegen waren Anny Wagner (U11w) und Yasmin Witzsche (U13w). Magdalena Wagner (U10w), Fabian Witzsche (U11m), Malin Arndt (U11w), Kakob Helbing (U13m) und Judy Hauptrock (U14w) erkämpften sich Silbermedaillen, Emilia Nowak (U9w), Len Striese (U12m) und Lilly Lange (U13w) wurden in ihren Altersklassen 3..

Um auch das Laufen mit höheren Geschwindigkeiten wettkampfnah zu schulen, nehmen unsere Nachwuchsathleten an Rollski-Wettbewerben teil. Im Gegensatz zu den sonst verwendeten „Trainingsrollern“ werden hier die deutlich schnelleren „Rennroller“ benutzt. Im benachbarten Sachsen gibt es dafür eine extra Rennserie. Nach einer kurzen Eingewöhnungsphase im Training erreichten unsere Sportlerinnen und Sportler beim Wolks`ser Rollskilauf am Störmthaler See tolle Ergebnisse. Allen voran zeigte unsere Trainerin Sabine Löschke, dass sie es immer noch drauf hat und siegte bei den Damen 51 über 16,8 km. Einige ihrer Schützlinge konnten es ihr mit Siegen in ihren Klassen bei starker

sächsischer Konkurrenz gleich tun, so Maxime Striese (S8w) und Emilia Nowak (S19w). Hagen Hahn (S11m), der sich mit den langsameren Trainingsrollern über die Strecke kämpfte, Magdalena Wagner (S11w) Len Striese (S13m), Kakob Helbing (S14m) und Lilly Lange (S14w) konnten Bronzemedailen mit nach Hause nehmen.

Nach dieser Trainingsphase zeigten sich unsere jungen Talente gut für den nächsten Höhepunkt, die Landesjugendspiele Sachsen-Anhalt am 3. Juni in Magdeburg, vorbereitet.