

Short Track Sommertrainingslager Dresden - Mannheim - München

Bereits Anfang August wurde in das Sommertraining die ersten Eiseinheiten integriert, da bereits schon Ende September der erste Short Track Wettkampf ansteht. Los ging es für die beiden Bundeskaderathleten (siehe Bild unten) Patrick Pawasserat (C-Kader) und Raphael Friederich (D/C-Kader) nach Dresden, wo vom 11.8 bis 19.8 der Bundeskaderlehrgang für die C und D/C-Kader anstand. Unsere Trainerin Gundi Pawasserat ging als Trainerin ebenfalls mit und leitete mit den Trainer/innen Frau Schmitt (Rostock), Herr Markert (Dresden) sowie Frau Scheibe (Dresden) den Lehrgang. Es wurden viele Eiseinheiten, wo der Schwerpunkt auf Technik gelegt wurde sowie viele Landeinheiten absolviert.

Gleich nach Hause vom Trainingslager ging es mit dem Eistraining in Mannheim los und das gleich mit einem Vereinstrainingslager (20.8-25.8). Die zurückgekehrten Kadersportler aus Dresden konnten gleich auf heimischen Eis Ihre Form weiter aufbauen und alle Mannheimer Wettkampfsportler konnten erstmals aufs Eis. Aufgrund der Schulferien konnte man morgens und abends gezielt trainieren. Weiter geht es nach dem Trainingslager mit gemischten Rad/Athletik sowie Eistraining.

Patrick Pawasserat nimmt dann vom 30.8 bis 8.9 am Bundeskaderlehrgang (JWM/Nationalmannschaft) in München teil und bereitet sich spezifisch für die Wettkampfphase für Ende Sep und Oktober vor.

Bereits am 22.9/23.9 findet die Deutsche Meisterschaft in München statt und am 13.10/14.10 wird in Rostock der 1. Wettkampf zum Deutschland-Cup ausgetragen.



