

„Die Bahn endet ja nie“ ;-)

Damit der Nachwuchs des SSV Aue-Schneeberg noch stärker gefördert wird, haben sich die Trainer der leistungsorientierten Nachwuchstrainingsgruppen im Vorfeld der Saison auf mehrere gemeinsame Trainingsmaßnahmen geeinigt. Neben den Trainingslagern, die im Sommer, Herbst und Frühling durchgeführt werden, sollten regelmäßige Trainingsstunden auf der 50 m Bahn die Stütze des verbesserten Nachwuchskonzeptes bilden. Am vergangenen Sonntag war die erste gemeinsame Trainingseinheit auf der 50 m Bahn. Geleitet wurde diese Trainingsmaßnahme von Schwimmwart Philipp Epperlein und den Trainern Corinna Rößler, Claudia Kraft und Sandra Hüllenhagen. Den Aktiven machte dieses Trainingsgruppenübergreifende Training viel Spaß, haben sie so auch einmal die Möglichkeit, andere Trainingsmethoden kennenzulernen. Ziel sollte es sein, wichtige Ausdauer-tests gemeinsam zu schwimmen. In diesem Training konnten die Sportler noch bessere Ergebnisse bei dem Test erzielen, die sich, so Philipp Epperlein, sicherlich auch in den nächsten Wettkämpfen widerspiegeln werden. Die nächste gemeinsame Trainingsmaßnahme ist mit dem Ostertrainingslager vom 29.03. bis 01.04.2016 in Aue geplant. Bis dahin heißt es, in den eigenen Trainingsgruppen üben, üben, üben und zum Wettkampf dann neue Bestzeiten schwimmen.

Wir wünschen dafür den Sportlern und Trainern viel Erfolg!

