

Lehrgang im Salzburger Land, Maria Alm



Vom 5. - 10. September fand heuer wieder ein 1-wöchiger, intensiver Lehrgang außerhalb der gewohnten Schulumgebung statt, der von den Schulleitern Martin Eichhorn (Freising) und Toni Hanfstengl (Holzkirchen) dieses Mal im Salzburger Land organisiert wurde. Die weitläufige Anlage des Bundessport- und Leistungszentrums in Maria Alm sollte uns optimale Voraussetzungen für die mehrmals täglich geplanten Trainingseinheiten bieten.



Nachdem am Sonntag alle Teilnehmer in Fahrgemeinschaften und auf individuellen Anfahrtsrouten bei strahlendem Bergwetter wohlbehalten in Maria Alm eingetroffen waren, fand um 16.00 Uhr das erste Training in einer der beiden großzügigen Sporthallen statt. Bei der Vorbereitung auf das gemeinsame Abendessen wurde nicht nur die komfortable Ausstattung der 2-3-

Bettzimmer, sondern auch die einmalige Lage des Gästehauses genossen. Fast überall, ob an den Balkonen oder auf der einladenden Terrasse vor den Speisesälen hatten wir einen wunderbarem Ausblick in's Tal nach Saalfelden.



Mit einem vielfältigen Buffet erwartete uns zum Abendessen die nächste, äußerst angenehme Überraschung, welche durch die angenehme Atmosphäre der Gasträume unterstrichen wurde. Diese reichhaltige und sehr schmackhafte Verpflegung sollte die kommenden Tage wohltuend in Frühstück, Mittag- und Abendessen gliedern, denn der am ersten Abend von unseren Schulleitern vorgestellte Trainingsplan ließ erkennen, dass diese Pausen wohl verdient sein

würden.

Vor dem Frühstück, also um 06.30 Uhr, stimmte uns das alltägliche Morgentraining in der Halle auf den bevorstehenden Tag ein. Vor dem Mittagessen stand vormittags eine weitere Hallenstunde auf dem Plan, sowie zum Abschluss dann die Nachmittagsstunden auf dem Freigelände. Aufgelockert bzw. gestaffelt waren die Stunden durch die Aufteilung nach Weiß- bis Grüngurt sowie Blau- bis Schwarzgurt. So stellten die Schulleiter abwechselnd ihre





speziellen Anforderungen an die entsprechenden Graduierungen. Und selbst in der verbleibenden Freizeit standen Martin oder Toni jederzeit zur Verfügung, um auf persönliche Trainingsfragen einzugehen.



Dennoch blieb genügend Freizeit, um die nähere Umgebung zu erkunden. Direkt vor der „Haustür“ bot sich ein weitverzweigtes Wegenetz zum Bergwandern an. Maria Alm und Saalfelden waren nur wenige Autominuten entfernt und luden zum Sightseeing ein. Die zahlreichen Liegestühle rund um den Swimmingpool neben dem Bergbach förderten den Verdauungsschlaf und das beeindruckende Massiv des Steinernen Meeres wirkte wie Meditation.



Für weitere, äußerst attraktive Abwechslung sorgten zudem die zeitgleich anwesenden Volleyballerinnen aus den verschiedensten österreichischen Leistungskadern, mit denen sich auch eine gemeinsame Gymnastiklektion ergab sowie das Angebot einen Teil der großen Dreifeldhalle selbst zum Volleyballspielen nutzen zu dürfen. Eine 5-Satz-Demonstration der Freisinger „Spielkunst“ für unsere Holzkirchener Freunde vertiefte die phantastische Stimmung an all den Tagen, die außerdem – wie kann es anders sein – fast durchgehend



unter wolkenlosem Himmel genossen wurden. Aber selbst abends stellte die ebenfalls großzügig eingerichtete Saunalandschaft den angenehmsten Rahmen, um das abschließende Glas Bier oder Wein beim Salzburger Schmah der Wirtin an der Bar zu genießen.

Wir alle wünschen uns, dass es auch nächstes Jahr wieder möglich wird, diesen wunderbaren Ort zu besuchen und bedanken uns für die umfassende Betreuung bei unseren Schulleitern.



Bericht von Gerhard Gebert (2.Kup) und Wolfgang Rudnick (3.Kup)