

Rollstuhl Rugby: Trainerausbildung in Bad Wildungen

Der 5. von 8 Lehrgängen begann im Tagungshotel in Bad Wildungen mit 11 Teilnehmern und Bert Metzger als Lehrgangsleitung.

Gelehrt wurden am ersten Tag Aufbau, Verwaltung und Organisation von Vereinen im Deutschen Behindertensport und in den internationalen Verbänden sowie die nationale und internationale Geschichte und Entwicklung des Rollstuhl Rugbys. Nachdem Möglichkeiten des Trainingsaufbaus (Ausdauer- und Krafttraining) in der Theorie erörtert wurden, durften alle Teilnehmer am nächsten Tag in der Sporthalle den Cooper Test am eigenen Leibe erfahren. Ebenso wurde ein beispielhaftes Sprinttraining erläutert und praktiziert.

Neben Wiederholungen der ersten 4 Lehrgänge wurde auch das Verhalten beim Eins gegen Eins, Zwei gegen Eins und Zwei gegen Zwei gelehrt. Nach intensiven Übungen von Zonenangriffen sowie Zonenverteidigung fand der Lehrgang nach einem von den Teilnehmern gecoachtem Abschlußspiel sein Ende. Erschöpft aber zufrieden traten die zukünftigen Trainer den Heimweg an.

Johanna Meredith