

12.-14.04.2014 Hanau: HFV-Kader-Lehrgang, Florett
Hessischer Fechnachwuchs trainiert 3 Tage in Hanau!



Zu Beginn jedes Trainingstages ging es für die jungen Fechter in den Schlosspark nahe der Trainingshalle des TFC Hanau (Sporthalle der Pestalozzischule). Hier standen Laufen, Laufspiele und Freiluft-Übungen zur Lockerung, Körperkoordination und Anregung des Gehirns auf dem Programm.

Es wurden 30 Fechter/innen vom Darmstädter FC, MTV Gießen, TFC Hanau, TV Langen, TV Neu-Isenburg, SKG Oberhöchstadt, FC Offenbach, Wiesbadener FC durch ihre Vereine gemeldet. Den größten Anteil daran stellte der TFC-Hanau mit 10 Teilnehmern/Fechtern. Zielgruppe waren die D-Kaderfechter des Hessischen Fechterverbandes. Dieses sind die Nachwuchstalente aus den Altersklassen B-Jugend, A-Jugend und Junioren, die sich schon erfolgreich präsentiert haben und für die die Teilnahme vom HFV gefördert wird. Freie Plätze wurden aber auch an Schüler vergeben, die in den Hessischen Ranglisten vorne mit dabei sind. Trainingsleiter Mirko Brüggemann (DFB B-Trainer Leistungssport vom TFC Hanau) zum Teilnehmerfeld: *„Eine so gut zusammen arbeitende Gruppe hatten wir noch nie. Zwar war nur gut ein Drittel Kaderfechter anwesend, jedoch haben sich die nachgerückten Fechter/innen aus dem B-Jugend und Schülerbereich bestens verkauft. Es waren schöne drei Tage Training, bei denen gute Leistungen der Kaderathleten genauso wenig fehlten wie Motivation und Lernbereitschaft bei den nachgerückten B-Jugendlichen und Schülern.“*



Zusammen mit Till Müller (Darmstädter Fechtclub) bildete Mirko Brüggemann das Trainerteam mit dem Ziel an diesen 3 Tagen die Fechter/innen technisch und taktisch weiter zu bringen. Im Vordergrund standen Abstands- und Rhythmusgefühl, welche für erfolgreiches Fechten ebenso wichtig sind wie eine solide Grundtechnik. (so Mirko Brüggemann). Die in der Gruppe erarbeiteten Ziele konnten dann, jeweils an den Nachmittagen, durch gezielte Gefechtsübungen ausprobiert, trainiert und verfeinert werden.

