

Alternativtraining am Nordseestrand

MTV-Leichtathleten wieder im Trainingslager auf Sylt



Halten zusammen: Die Leichtathleten des MTV 49 am Strand von Rantum



Darf nicht fehlen:
Die Sylter Traditionspyramide

Sie muss etwas Magisches haben, Deutschlands nördlichste Insel Sylt. Etwas, das die Leichtathleten des MTV 49 Holzminden seit 39 Jahren in ihren Bann zieht. Während unzählige Vereine und Kader mit ihren Athleten in den Osterferien südliche Gefilde ansteuern, um in warmen Temperaturen die möglichen Saisonziele anzusteuern, reisen die MTVer immer wieder starrsinnig ins sieben Kilometer südlich von Westerland gelegene Rantum.



Die Alpen und ihre Skipisten hat sich Leah sicher anders vorgestellt

Kunststoffbahn? Nicht vorhanden. Sporthalle? Fehlanzeige. Kraftraum? Kein Gedanke. Dafür gibt es Strand, Dünen, Sand, Wind – und davon reichlich. Gerade richtig, um zwischen dem endlosen Hallentraining im Winter und dem andauernden Stadionaufhalten im Sommer eine erholsame, alternative „Zwischenzone“ zu schaffen. Hier trainieren die Holzmindener Leichtathleten



Wer ist zuerst beim Essen?

seit vielen Jahren erfolgreich für die anstehenden Wettkämpfe, trotz dem oftmals rauen Inselklima, erfinden immer wieder neue Trainingsmöglichkeiten, improvisieren zwangsläufig im Übungsablauf – verlieren dabei aber nie den roten Faden im Gesamtbild ihrer Maßnahme.



Sarah: Die Stabhochspringerin, die schneller fliegt als ihr Schatten

So war es auch in diesem Jahr, als die MTVer zu ihrem zehntägigen Jugend- und Trainingslager im ADS-Schullandheim nach Rantum aufbrachen. Mit aus diversen Gründen zahlenmäßig geringerer Besetzung als in den Vorjahren, aber mit 14 jungen Leichtathleten, die hervorragend miteinander harmonierten, immer mit vollem Einsatz bei Training und Spiel dabei waren und sich auch mit ihrem vorbildlichen Verhalten als



Spektakuläre Sprünge:
Jonah und Julian trotz der Schwerkraft

besten Botschafter ihrer Heimatstadt erwiesen. Unter der Leitung von Chefcoach Klaus Roloff, der als Einziger alle 39 Sylt-Einsätze betreut hat, und MTV-Abteilungsleiter Michael Talke eigneten sich die jungen Athleten praktische und theoretische Kenntnisse verschiedener Disziplinen und der Trainingslehre an, wetteiferten im traditionellen Sylt-Spiel und genossen ihre Freizeit. Die positiven Effekte werden sich mit Sicherheit zeigen, wenn es nach einer Regenerationspause demnächst wieder auf die Bahn und zu den ersten Freiluftwettkämpfen geht.



Darf auch nicht fehlen: Das Öffnen der Schatzkiste nach dem Syltspiel