

## **Trainingsauftakt für Rostocker Nachwuchsruderer**

Vorbei sind die fetten Tage! Vier Wochen Strand, Futtern und Beine hoch gehören der Vergangenheit an. Um gleich wieder richtig Fahrt für die Aufgaben der Herbstsaison aufzunehmen, gab es für die Ruderer des Landesleistungszentrums MV in diesem Jahr in der letzten Ferienwoche eine Premiere. Die komplette Juniorengruppe ging ins Trainingscamp nach Düsterförde bei Neustrelitz. Domizil war ein ehemaliges Sägewerk, welches zu einer Pension mit Bootshalle und Gaststätte umgestaltet wurde. Der Wagnitzsee und die umliegenden Wälder und wenig befahrenen Straßen im landschaftlich überaus reizvollen Gebiet zwischen dem Müritz Nationalpark und dem Naturpark Feldberg boten das ideale Areal, um zu rudern, zu joggen und Rad zu fahren. Angestachelt von den Eindrücken der gerade zu Ende gegangenen Olympischen Spiele legten sich die Mädchen und Jungen mit frischer Motivation ins Zeug. Immerhin gibt es Vorbilder zum Anfassen auf dem eigenen Hof. Gerade wurden sechs Athleten empfangen, die in Peking dabei waren. Denen nachzueifern ist das große Ziel der jungen Leistungssportler. Nach der Sommerpause ging es zuerst einmal darum, konditionelle Defizite wett zu machen und die Gewöhnung an das harte Rudertraining voran zu treiben. Dazu wurden dann auch nicht nur die schmalen Rennboote bewegt, sondern ausgiebige Waldläufe und Fahrradtouren gemacht. Höhepunkt des Trainingslagers war ein Triathlon, der über 700m Schwimmen, 16 Kilometer Rad und 5 Kilometer Lauf in Wettkampfform absolviert wurde. Der 17jährige Hannes Ocik (Schweriner RG) und die ein Jahr jüngere Wiebke Hein (ORC Rostock) setzten sich bei dieser ungewohnten ersten Prüfung der neuen Saison deutlich durch. Das große Ziel für die beiden A-Junioren und deren Ruderpartner ist die Weltmeisterschaft 2009 in Frankreich, für deren Qualifikation in Düsterförde erste Grundlagen gelegt wurden. Wenn nun Anfang September mit Schulbeginn wieder der Trainingsalltag einzieht, sind die ersten Blasen an den Händen verheilt und das Gefühl für das Rudern ist wieder da. Beste Voraussetzungen also, um mit Volldampf die großen Ziele anzusteuern.

Karsten Timm