



Erfolgreich: 1. Badminton-Camp mit den Profis

— Von Olli Groth —

„Ich wollte mich nochmals recht herzlich für meinen Muskelkater bedanken. Ich knie jetzt vor meinem Schreibtisch statt zu sitzen. Aber dennoch, es war richtig gut. Gerne würden wir es nochmal wiederholen. Schöne Grüße nochmals an alle Beteiligten für die sehr gute Durchführung, Geduld und Unterstützung. Weiter so!!“, so lautete eine Rückmeldung eines Camp-Teilnehmers per Mail am Montagmorgen nach der ersten Auflage des Badminton-Camps mit den Profis vom VfL93 Hamburg und des Horner TV. So oder so ähnlich haben sich sicherlich viele der fast 40 Teilnehmer vom letzten April Wochenende gefühlt - ein wenig kaputt, aber hoch zufrieden.

„Dabei war es aber gar nicht unser Ziel, soviel Muskelkater zu erzeugen“, so Diemo Ruhnow nach dem Wochenende. „Wir wollten eigentlich nur zeigen, wie Hamburger Badminton- Athleten trainieren, dass die Teilnehmer viel Spaß haben und, individuell gut betreut, auch dem einen oder anderen Tipp unserer Spitzenspieler mit nach Hause nehmen“.

„Allerdings hat es den Teilnehmern so viel Spaß gemacht, dass einige sicherlich unbewusst bis an ihre eigenen Leistungsgrenzen gegangen sind. Was sich alles so nach Spaß, Leistung und guter Laune anhört, war aber ein hartes Stück Arbeit“, so Oliver Groth am Sonntag. Da sind zwei Hamburger Badminton Clubs. Zum einen der VfL 93 Hamburg

als Erstligist und zum anderen der Hamburg Horner TV aus der Regionalliga. Wenn auch sportlich schon immer nah beieinander, konnte auch organisatorisch diesmal gezeigt werden, dass man erfolgreich zusammenarbeiten kann. Das Orgateam um Wolfgang Wienefeld und Jacek Hankiewicz vom VfL 93 und Oliver Groth, Marianne Flato und Diemo Ruhnow aus Horn haben super zusammengearbeitet. Die Aufgaben konnten sinnvoll verteilt werden und sind alle zuverlässig sowie zeitnah umgesetzt worden. So griff eine Hand in die andere und unter der Gesamtleitung von Diemo konnte dann das Camp am 24./25. April am Alten Teichweg starten.

„Wir waren sehr gut ausgebucht“, so Wolfgang Wienefeld vom VfL93. „Teilweise mussten wir schon Teilnehmer verschieben oder gar absagen“. „So konnten wir am Samstag 28, und am Sonntag 24 Teilnehmer begrüßen“, so Wolfgang weiter.

Das Konzept sah vor, dass die Athleten vom VfL 93 und Horn immer im direkten Kontakt zu den Teilnehmern stehen sollten. So wurden auch nach dem gemeinsamen Warm-Up die Teilnehmer sofort in kleine Trainingsgruppen mit jeweils einem Athleten frei aufgeteilt. Durch viel Rotation konnte jeder dann mit jedem der Spitzenspieler in Berührung kommen.

Wir haben im Vorfeld per Mail abgefragt, welche Übungen besonders gewünscht werden“, so Diemo, „Es stellte sich schnell heraus, dass schnelle Schläge im Drivebereich und Spiel am Netz großes Interesse fanden“, so Diemo weiter.

So haben die Teilnehmer auch unter der fachlichen Leitung von Diemo und Jacek gelernt, was funktionales



Arbeit auf dem Court



Sebastian Schöttler beim Jump-Smash



Diemo Ruhnow



Athletenvorstellung



Footwork - catch Till if you can

Aufwärmen bedeutet, der Hand-Walk mutierte sicherlich zur prägendsten Übung. Danach ging es über Footwork, wo jeder Teilnehmer schon unter der Top-Motivation der Athleten seine Geschwindigkeitsbarriere durchbrach, hin zum Techniktraining. Es sollte ein Programm gefunden werden, in dem Training und freies Spiel gleichberechtigt nebeneinander stehen sollten. So sollten am Ende eines jeden Tages die Teilnehmer genügend Zeit haben, um das eigene Können mit oder gegen die Athleten auszutesten. Mit Sebastian Schöttler, Till Zander, Sebastian Rduch, Gitte Köhler, Mats Hukriede, Patrick Kämnitz, Daniel Dehn, Helle Kicklitz und Caroline Huhmann standen eine Menge Partner bereit, um den einen oder anderen Ball im Einzel zu zocken. Aber auch tolle Doppel kamen zustande, in denen die Teilnehmer mal am eigenen Körper spüren konnten, wie schnell die Athleten am Schläger sein können.

Ein weiteres Highlight wurde am Sonntag geboten. Ballmaschine sowie als Vorführung mit den Athleten und auch zum selber ausprobieren. Als Jacek mit Gitte Köhler und Till Zander eine Ballmaschine für die Doppelabwehr demonstrierte, kamen schon alle ins Stau-

nen. Natürlich kannte jeder der Teilnehmer schon eine Ballmaschine, was aber sicherlich für Staunen sorgte, war das Tempo des Zuspiels. So lernten alle Camp-Besucher allein durch das Zuschauen und aus den Kommentaren von Jacek und den Spielern.

Als dann auch noch Sebastian Rduch demonstrierte, wie Smashs in Kombination mit seitlichen China-Sprüngen funktionieren, war es zuerst ganz still in der Halle, da an diesem Tag das erste Mal ein „richtig knallharter“ Sound von Sebastians Schläger kam. Danach gab es nur noch Applaus von den staunenden Teilnehmern.

Motiviert von so vielen Eindrücken, konnten dann alle Teilnehmer anfangen, diese Übungen nachzumachen und wurden immer wieder korrigiert durch Diemo, Jacek oder einen der Athleten. So konnte jeder immer wieder auf der Grundlage seiner eigenen Fähigkeiten ein Spitzentraining und vor allem viel Spaß und gute Laune erleben.

So war es auch nicht verwunderlich, dass die Meinungen auf den Feedbackbögen durchweg sehr positiv waren und der Wunsch einer baldigen Wiederholung da war. So plant das Orga-Team im Juli ein weiteres Wochenende, welches mit neuem, wenn auch schwer möglich verbessertem Programm aufwarten kann. Alle Interessierten können sich schon einmal den 4./5. Juli vormerken, diesen Termin hat sich das Orga-Team vorgemerkt und ist schon ordentlich am vorbereiten. Eine Ausschreibung wird bald folgen, wir empfehlen jetzt schon, sich frühzeitig nach Veröffentlichung der Daten anzumelden - bei dem Erfolg des ersten Camps wird das zweite noch schneller ausgebucht sein.

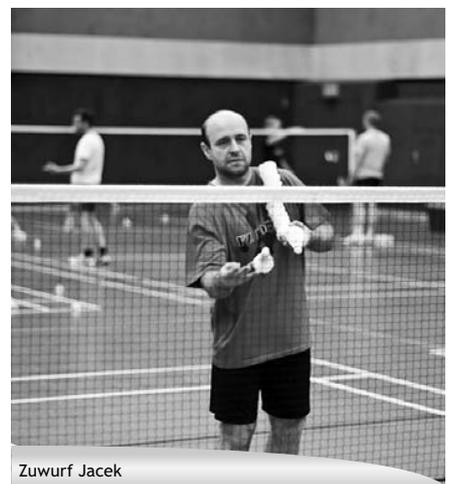
An dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön an alle Teilnehmer und Athleten!



Gruppenfoto Tag 2



Helle coacht Karl



Zuwurf Jacek



Gitte und Alex



Patrick und Einhard