

Frühstück ?; Training auf WK-Geräten; DMT-Anlauf ?;Selbstverpflegung; Gerätetausch

Heute am Montag, den 08.11.2010 war für 9.00 Uhr Frühstück angesetzt. Sehr übersichtlich und in einem eiskalten Raum wurde das Frühstück für uns zubereitet. Für ein Hotelfrühstück und dann auch noch für Sportler war dies Frühstück mehr als ärmlich, mal sehen wie es an den nächsten Tagen aussieht.

Heute waren zum ersten Mal die Wk-Geräte für die einzelnen Nationengruppen freigegeben. Ab 12.20 Uhr durften wir Deutsche Trampoliner im Warming up-Bereich auf die Geräte. Zur gleichen Zeit dürfte Christina Jansen auf dem DMT im Wettkampfbereich die Anlage testen. Die ersten Eindrücke können wie folgt beschrieben werden. Anlauf sehr griffig und gut gepolstert; DMT mit enormer Wurfkraft und die Landematte hart wie ein Betonklotz. Ferner wurde festgestellt, dass der Anlaufteppich bei ca. 21 Metern aufhörte und Christina mit 21,90 – 22,1 m somit nicht auf dem Läufer stand. Außerdem standen die Kampfrichterstühle vom Tumbling im Bereich des DMT-Anlaufes von ca. 21,5 m. Eine Anfrage bei den Verantwortlichen mit der Bitte um einen längeren Anlauf und mehr Platz sollte doch möglich sein. Die Frage blieb erst einmal im Raum stehen und wir konnten auch unter diesen Bedingungen gute Durchgänge von Christina sehen. Die Sprunghöhe auf diesem Gerät war schon sehr viel versprechend und so konnten die Vorkampfdurchgänge abgerufen werden. Als Trainer war Olaf als „Sicherer“ am DMT mit der Schiebematte immer bereit und bei der Landung wurde die Schiebematte als ein kleines Polster im Landebereich untergelegt. Zum Trainingsende kam ein bisschen Unruhe bei den DMTler, denn es wurde die Information verbreitet, dass der Anlauf von 21,20 m nicht überschritten werden darf. Fast alle DMT-Sportler haben mehr als 21,20 m Anlauf, aber von dieser Norm wich man nicht ab und man dürfte auch nicht den Anlaufteppich nach hinten verlassen ?????? Für uns hieß dies jetzt auf jeden Fall die 2.Trainingszeit am Nachmittag wahrnehmen und den Anlauf von Christina umzustellen.

Um 13.10 Uhr ging es dann mit den Damen & Herren auf die WK-Geräte. Carina versuchte sich mit viel Gymnastik auch schon im Vorfeld und ständiger Betreuung von Gerold mit leichten Sprungversuchen, aber an Übungsverbinding ist man noch nicht wieder rangegangen. Anna; Alex und auch Lara versuchten sich auf den Geräten zurechtzufinden, denn für unsere Verhältnisse waren die Geräte sehr „schwammig“. Die Herren fanden sehr butterweiche Geräte und das schon am ersten Tag. Wie sollen die Geräte erst ab Donnerstag zum Wettkampfbeginn sein ??? Die ersten Sprungversuche gingen auch in alle Richtungen und man brauchte schon sehr viel Gefühl für das Tuch, aber gleiches recht für alle !!! Nach und nach ging es zwar etwas besser aber die tollen Trainingsergebnisse konnten noch nicht umgesetzt werden. Daniel; Dennis und auch Henni brachten zum Schluss noch eine Kür durch, aber geflogen sind unsere Leute ganz schön. Übrigens sind alle Nationen fürchterlich am fliegen und es wurde über eine mögliche Tauschaktion von Tüchern oder sogar Geräten gesprochen – Morgen wissen wir mehr!!!

In der verbleibenden Nachmittagszeit bis 16.30 Uhr wurde durch Selbstverpflegung eine kleine Mahlzeit eingenommen. Christina & Olaf fuhren dann zur 2. Trainingseinheit auf den WK-Geräten wieder in die Halle. Inzwischen wurde bestätigt, dass der Anlauf auf max. 21 Metern begrenzt wurde. Also mussten wir den Anlauf für Christina umstellen. Mit einigen Versuchen fanden wir dann eine Lösung, um auch dann mit dem nötigen „Dampf“ am DMT anzukommen und die entsprechenden Sprünge umzusetzen. Alle Aufgänge wurden von Christina auch technisch ansprechend umgesetzt, so dass wir uns für die nächsten Trainingseinheiten positiv einstellen können.

Im Hotel angekommen, gab es kaum Zeit für Erholung, denn zum gemeinschaftlichen Abendessen wurde sich um 19.30 Uhr schon wieder getroffen. Heute wollten wir in ein Steakhouse und selbst hier mussten wir mit den Fahrzeugen fahren, denn es hatte nicht aufgehört zu regnen. Gut gesättigt von Salaten und Steaks ging es dann zur Nachtruhe. Einige Sportler wurden noch von Sabine und Gerold vorsorglich behandelt, damit morgen ein erfolgreiches Training durchgeführt werden kann.