



Jahresbericht JO Alpin

Sarneraatal

Saison 2015/2016

Nach einem gelungenen und konstruktiven Elternabend Ende Mai begann die Saison 15/16 für die OSV Athletinnen und Athleten Anfang Juni mit zwei wöchentlichen Konditionstrainings. Am Dienstagabend stand vor allem Koordination und Kondition im Sinne einer athletischen Grundausbildung im Zentrum. Geplant war, dass wir donnerstags auf dem Flugplatz in Alpnach unser Können auf den Inline Skates erweitern. Bis zu den Sommerferien fielen leider einige Inline-Trainings dem Regen zum Opfer, weswegen wir auf die Halle ausweichen mussten. Nach den Ferien war Petrus jedoch sehr gütig und wir konnten jeden Donnerstagabend auf den Inlines herumkurven. Die alljährliche „Swiss-Ski Summer Trophy“ stand dieses Jahr schon früh auf dem Programm. Mitte Juni war der OSV an diesem polysportiven Event mit zwei Teams vertreten, welche sich wacker schlugen. Während den Sommerferien mussten die Athletinnen und Athleten wieder selbständig an ihren Fähigkeiten und Fertigkeiten feilen. Einige Pflichtübungen galt es nach den Ferien zu beherrschen und vorzuführen. Bis zu den Herbstferien richtete sich der Fokus der konditionellen Vorbereitung auf die ersten Skitage Ende September.

Die Athletinnen und Athleten arbeiteten hart und freuten sich riesig auf das erste Skicamp in Saas-Fee. Das erste von zwei Camps am Fusse des Allalins konnte bei top Verhältnissen durchgeführt werden. Sowohl auf der Piste als auch im Kondi wurde voller Einsatz gezeigt. Im zweiten Camp, rund eine Woche später, war das Skigebiet wegen Wind an zwei von drei Tagen geschlossen. So mussten das technische Konzept und die Racing Basics bis zum dritten Skicamp im Kaunertal warten. Dort waren wir dann praktisch alleine, da viele Teams wegen den schlechten Wettervorhersagen ihre Trainingslager abgesagt hatten. Wir konnten von gutem Wetter, frisch verschneiten und vor allem leeren Pisten sehr gut profitieren. Bis Mitte November verbrachte das Team noch weitere drei Skicamps à jeweils drei Tagen im österreichischen Kaunertal. Nachdem die Racing Basics erarbeitet waren und die Einführung ins Stangentraining stattgefunden hatte, konnten wir Anfang Dezember das Training auf Melchsee Frutt in Angriff nehmen.

Vom frühen Schnee Ende November profitierten die Athletinnen und Athleten des OSV bis in den Januar, wo es dann endlich wieder einmal schneite. Mussten viele Mannschaften der umliegenden Kantone ihre Trainings während den Weihnachtsferien absagen oder ins Ausland verschieben, konnten wir am Balmeregg bei wirklich guten Bedingungen trainieren. Nach den Weihnachtsferien startete das Wintertraining des OSV. Wie in den vergangenen Jahren stand am Montagabend ein Konditraining auf dem Programm. Es wurden vor allem Schnelligkeit, Sprünge und Rumpf trainiert. Am Dienstagabend durften wir wieder von der super Infrastruktur auf der Cheselen-Piste profitieren. Diese Abende wurden meistens dem Riesenslalom gewidmet. Der Mittwochnachmittag stand dafür oft im Zeichen des Slaloms. An den Wochenenden fanden Trainings oder Rennen statt. Auch freies Skifahren auf und neben der Piste half den Athletinnen und Athleten bei der Weiterentwicklung ihrer Fähigkeiten. Aufgrund des Schneemangels zum Saisonbeginn musste das erste Rennen abgesagt und die weiteren verschoben werden. Mitte Januar ging es dann endlich mit den ZSSV-Codex-Cup-Rennen los. Rund zehn solche Rennen bestritten die OSV Athletinnen und Athleten nebst den Kantonalen und Club-Meisterschaften. Darüber hinaus konnten sich einige für Interregionale Rennen qualifizieren. Ein grosser Exploit blieb jedoch aus. Vereinzelt schafften es einige Athleten, abschnittsweise oder in einem von zwei Läufen ihr Potenzial abzurufen und



Sponsoren des OSV Nachwuchs:



hervorragende Leistungen zu zeigen. Wiederum war eine grosse Diskrepanz zwischen den Trainings- und Rennleistungen zu beobachten. Dennoch gaben die Athletinnen und Athleten des OSV ihr Bestes und konnten individuell Fortschritte im skitechnischen Bereich erzielen.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Trainern und Helfern bedanken, die einen solchen Trainingsbetrieb ermöglichen. Der Dank gilt auch den Sponsoren und Gönnern sowie den Bergbahnen. Ohne die grosse Unterstützung wäre es nicht möglich, den Athletinnen und Athleten die Ausübung ihres Sports auf diesem Niveau zu bieten. Herzlichen Dank!

Bericht: Florian Odermatt, techn. Leiter OSV



Sponsoren des OSV Nachwuchs:



RAIFFEISEN

