



Jahresbericht JO Alpin

Sarneraatal

Saison 2016/2017

Abwechslungsreiche Vorbereitung

Die Saison startete Mitte Mai mit dem alljährlichen Elternabend, wo Erkenntnisse der vergangenen und Pläne für die neue Saison vorgestellt wurden. Für die Athletinnen und Athleten startete der Trainingsbetrieb Anfang Juni mit zwei wöchentlichen Konditionstrainings. Während den Sommerferien galt es abermals, selbständig seine Fähigkeiten und Fertigkeiten zu verbessern. Nach den Ferien ging es dienstags und donnerstags mit den Kondi-Einheiten weiter. Der Dienstag stand im Zeichen einer athletischen Grundausbildung, wo viel Schnelligkeit, Sprünge, Kraft und Koordination trainiert wurden. Das Kondi am Donnerstag wurde jeweils auf den Inline Skates absolviert. Der Fokus lag je nach Einheit auf der Ausdauer oder der Technik, da doch gewisse Bewegungsverwandtschaften zum Skifahren vorhanden sind. In diesem Sinne verbrachte das Kader auch einige Stunden auf dem Teppich beim Swiss Indoor Skiing in Interlaken. Wie auf einem Laufband dreht sich ein Teppich, auf dem man mit speziell kurzen Ski fahren kann. Diese Einheiten dienten den Athletinnen und Athleten einerseits für die Abstimmung der Skischuhe, vor allem jedoch zum Erlangen einer stabilen Grundposition, inklusive Beinachsenstabilität. Besonders interessant war das Fahren vor dem Spiegel, in dem man eins zu eins seine Bewegungen beobachten konnte. Auch an der Swiss-Ski Summer Trophy war der OSV mit einem Team vertreten. Der jährliche Polysport-Event fand dieses Jahr wieder in Hergiswil statt. Bei verschiedenen Posten mussten die Teilnehmenden ihr Geschick und Teamwork unter Beweis stellen.

Schwierige Wetter- und Schneebedingungen

Der Skibetrieb startete wie in den vergangenen Jahren Ende September. Dieses Jahr verbrachte das Kader die ersten drei Skilager in Zermatt, wo perfekte Schnee- und Wetterbedingungen vorherrschten. Das Gelände und die Rahmenbedingungen waren ideal für die technische Schulung und die konditionelle Weiterentwicklung. Anschliessend verbrachte der OSV bis Mitte November vier weitere Skicamps à drei bis vier Tage im Kaunertal. Dabei stand vor allem die Einführung in die Stangen sowie die Entwicklung der individuellen Skitechnik im Vordergrund. Einige Lager waren jedoch von überfüllten Pisten und widrigen Wetterverhältnissen geprägt. Trotzdem gaben die Athletinnen und Athleten vollen Einsatz und konnten sich dadurch weiterentwickeln.

Obwohl der Schnee hierzulande Mitte November eintraf, war er nach einer Woche voller Wind und Regen gänzlich verschwunden. Dieses Phänomen zog sich leider durch den ganzen Winter, was den Trainingsbetrieb und dessen Organisation massiv erschwerte. So viele Regenskitage wie in dieser Saison hat vermutlich noch kaum jemand erlebt. Planen konnte man parktisch nur von Woche zu Woche und auch dann musste oft improvisiert werden. So absolvierte das Team ein Eislauftraining auf dem Melchsee oder versuchte mit den Langlaufski den Vogelbüel herunter zu fahren. Zum grossen Glück gibt es mit Engelberg ein etwas höher gelegenes Skigebiet in unserem Verbandsgebiet. So durften wir uns sehr oft dem Trainingsbetrieb des Skiclubs Engelberg anschliessen und konnten von guten Trainingsbedingungen profitieren. Vor allem während den Ferienzeiten war ein aufbauender Trainingsbetrieb jedoch kaum möglich. Die Athletinnen und



Sponsoren des OSV Nachwuchs:



Athleten machten das Beste daraus und gaben auch in diesen Einheiten Vollgas. Denn an den Rennen, wenn sie überhaupt stattfanden, waren die Bedingungen oft nicht anders. Leider mussten auch diesen Winter viele Rennen wegen den schwierigen Schnee- und Wetterverhältnissen abgesagt werden.

Herzlichen Dank

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

