

Gabriel Kolaczewitz beim Sichtungslehrgang des Deutschen Leichtathletikverbands

Gabriel Kolaczewitz von der LG Hohenfels war am 15.10. - 17.10. 2010 vom Deutschen Leichtathletikverband zum Sichtungslehrgang der besten deutschen Mittel- und Langstreckenläufer in den Altersklassen M15 und W15 eingeladen. Insgesamt 8 Jungs und 7 Mädchen absolvierten unter den Augen der Kadertrainer ein umfangreiches Testprogramm. Neben Übungen zur Verbesserung der Lauftechnik und Schrittfrequenz, lag der Schwerpunkt auf der Bestimmung der Grundschnelligkeit durch Sprints über 30m und 150m. Anspruchsvoll war auch ein Stufentest zur Ermittlung der individuellen anaeroben Schwelle.

Der Sichtungslehrgang fand in der Sportschule des Saarländischen Sportbundes statt. Diese Sportschule verfügt über eine sehr moderne Leichtathletikhalle. So konnte für den Stufentest ein elektronische Pacemaker genutzt werden. An der Innenkante der Laufbahn gibt dabei eine fortlaufende Lichterkette die jeweils zu laufende Geschwindigkeit an.

Gabriel Kolaczewitz wurde in diesem Jahr in St. Wendel süddeutscher Meister über 3000m und badischer Meister über 1000m. Er fiel den Verantwortlichen des DLV vor allem durch das breite Leistungsspektrum und die Entwicklung gegenüber dem Vorjahr auf. Seine Einladung rechtfertigte das Hohenfelser Laftalent dadurch, dass sich alle seine Testergebnisse bei den Spitzenwerten befanden.

Die jungen Laftalente mussten von ihren Trainern begleitet werden. Für Gabriels Trainer Manfred Baumgartner ergab sich während des Lehrgangs die Gelegenheit zum interessanten Meinungsaustausch mit den anderen Vereinstrainern und den Kadertrainern des DLV.



Gabriel beim Stufentest