

13. POWERCAMP in Porec

Georg Streif, Stephan Suh, Marco Scheiterbauer und internationale Trainer geben Impulse

Wie jedes Jahr trafen sich wieder viele Freunde aus Slowenien, Österreich, Rumänien, Kroatien, Serbien, Island und Deutschland an der schönen Küste Istriens in Porec beim „13. Powercamp“ im beliebten Hotel Diamant zum gemeinsamen Training und Urlaub. Unter der Leitung von Olympiamedaillecoach von Sydney, Georg Streif, den Referenten Marco Scheiterbauer und Stephan Suh wurde täglich mehrfach eine Woche lang trainiert.

Hochkarätige Teilnehmer

Wieder einmal waren zahlreiche Trainer mit über 110 Teilnehmern angereist, die zusammen mit den Allgäuern Taekwondo Spezialisten, die das Camp zur festen Einrichtung gestalteten, trainierten. Bei jedem Trainer dieser Gruppen konnte man unterschiedliche Stärken erkennen und miteinander vergleichen. Eine große Slowenische Gruppe um Kristian Kovacic hat sich seit einigen Jahren dem Powercamp angeschlossen und interessante Impulse eingebracht. Ebenso brachten einige erfahrenen Wettkämpfer und Formenkämpfer von Andreas Schuster, Robert Bauer-Faro und Markus Wachter aus Deutschland, von Ljubisa Rakic aus Serbien und von Markus Moser aus Österreich viel „Flair“ ins Training. Ebenso haben einige Kämpfer von anderen Verbänden am inzwischen 13. POWERCAMP teilgenommen. So zählte zum Beispiel die mehrfache ITF Weltmeister und WTF Militär-Vize-Weltmeisterin Nusha Rajher zu den Teilnehmern. Wie immer waren auch ein paar „Urlauber“ dabei, die das angenehme Ambiente genossen und zeitweise die Trainingsgruppe anfeuerten.

Das Trainerteam - Aktivitäten

Das bewährte Trainerteam mit Bundestrainer Georg Streif, Weltturniermedaillengewinner Marco Scheiterbauer, Taepoong Instructor Stephan Suh und den slowenischen und serbischen Trainern teilten die Gruppen in traditionelles und wettkampfbezogenes Training ein. Zusätzlich bot Stephan Suh noch „X-Do“ und „Intensive Yoga“ an. Die morgendliche Laufeinheit war als Zusatzprogramm unter der Leitung von Christina Becker und Georg Streif um 7 Uhr möglich. Zusätzlich bot das Hotel noch Krafttraining, Tennis, Tischtennis, Minigolf, Kegeln, Wellness, Wassersport und das übliche Animationsprogramm an. Somit ließ sich Training und Urlaub ideal miteinander verbinden. Die viel gelobte abwechslungsreiche Verpflegung rundete den Aufenthalt ab.

Referentenerkenntnisse

Das Trainerteam war über das Durchhaltevermögen, vor allem von den „Nichtwettkämpfer“, die sonst nicht soviel trainieren, sehr positiv überrascht. „Wir haben das Training ganz bewusst so aufgebaut, das die verschiedenen Trainingsreize zusammenpassen und individuelle Anpassungen ermöglichen. Die Vielfalt der Teilnehmer brachte auch uns wieder viele Anregungen und hat auch unseren Horizont erweitert. Da die geschlossenen Freundschaften auch nach dem Powercamp weiter gepflegt werden, wächst die POWERCAMP - Familie immer weiter. Das gehört ebenfalls zu unserer Zielen. Des Weiteren haben sich Interessensgemeinschaften gebildet, die sich auch bei Turnieren und weiteren Trainingsmaßnahmen aktiv unterstützen. Wir werden uns schon bald wieder bei anderen Trainingslagern wieder treffen und freuen uns darauf. Ebenso besuchen uns immer wieder Wettkämpfer in Marktoberdorf und bereiten sich auf Turniere vor.

Referenten- und Teilnehmerplanung für 2009

Im 14. POWERCAMP 2009 wollen wir noch mehr Wettkämpfer und Formenläufer einbinden und evtl. eine Zusatzeinheit für Kinder und Jugendliche anbieten. Es wollen sich zusätzlich einige Vereine aus Kroatien, Slowenien, Rumänien und Serbien anbinden und mittrainieren. Dem werden wir nach weiteren Absprachen gerne nachkommen und evtl. auch eine günstige Unterkunft außerhalb vom beliebten Hotel Diamant anbieten. Hierüber werde wir ab Januar 2009 auf der Homepage www.taekwondo-allgaeu.de hinweisen. Eine frühe Anmeldung ist von Vorteil. Auf unserer Homepage sind auch Fotos der letzten Camps zu finden.

Text und Fotos: APA