Öffentlichkeitsarbeit in Print-Medien		
Quelle		Ausgabe vom
Offenbach-Post	X	10.06.2021

Bei den Handballern fliegen wieder die Bälle

Dreieich – Basierend auf dem aktualisierten Hygienekonzept haben die Handballteams der HSG Dreieich wieder das Training aufgenommen. Untätig herumgesessen haben sie während der vergangenen Wochen und Monate jedoch nicht, wie Beispiele aus dem eingeschränkten Trainingsbetrieb zeigen.

Die Spieler und Spielerinnen der aktiven Mannschaften erhielten von ihren Trainern über die sozialen Kanäle zumindest Anweisungen und Leitlinien für individuelles Lauftraining und Workout-Übungen. Viele Übungsleiter gingen noch deutlich weiter. So trafen sich die Landesliga-Frauen wöchentlich zu Kräftigungsübungen über Videokonferenzen, auch Squash-Duelle wurden teamintern ausgetragen. Das Trainerteam der Damen 2 (Bezirksliga A) legte seinen Schwerpunkt auf die Athletik und gab mit Videos Trainingsanleitungen an sein Team, die auf Abwehr, Tempo und Spielaufbau ausgerichtet waren. Für die Damen 3 bot Trainerin Dagmar Sauer regelmäßig Intervalltraining an.

Ein Großteil der Bezirksoberliga-Männer trainierte seit Wiedereröffnung der HSV-Halle für Zweiergruppen im Winter auch wieder aktiv mit dem Ball. Dafür entwickelte Trainer Matthias Jünger ein Konzept in Form von Zirkeltrainings mit anschließenden Wurfübungen. Die Spieler wetteiferten um die meisten Treffer und filmten sich bei ihren Übungen. Auch führte das Trainerteam Videokonferenzen ein, die sich mit Themen abseits des Handballs oder mit Teambuilding beschäftigten.

Bei den Jugendteams unter 14 Jahren war in den vergangenen Wochen bereits etwas mehr möglich, seit dem Ende der Osterferien wurde wieder gemeinsam auf dem Platz des HSV Götzenhain trainiert. Für die Kleingruppen von fünf Kindern wurden Koordinations-, Fitness- und Ausdauertrainings angeboten. Dank der sinkenden Inzidenz darf der Nachwuchs – auch die Jugendlichen ab 14 Jahren – nun endlich wieder in größeren Gruppen trainieren. „Die ständig wechselnden Voraussetzungen sind zwar sehr zeit- und organisationsaufwendig, aber wir geben alles, um unseren Kindern und Jugendlichen den Sport zu ermöglichen", sagt Jugendleiterin Doro Schöne. leo

HSG Dreieich