Reutlinger Nachrichten

METZINGER-URACHER VOLKSBLATT / ERMSTALBOTE
SÜDWEST PRESSE

16.06.2014

Reutlinger Nachrichten, Metzinger-Uracher Volksblatt/Der Ermstalbote

Nachwuchs nach vorne gebracht

Der 1. Rad- und Motorsportclub (1. RMC) hat in der Woche nach Pfingsten an seiner Rennstrecke am Sportpark vor den Toren der Stadt sein Motocross-Trainingslager für 60 Teilnehmer routiniert ausgerichtet.

Die Teilnehmer des RMC-Trainingslagers bei der Aufstellung zum Vormittags-Training.
Foto: Dietmar Czapalla

Zur mittlerweile 36. Auflage des Trainingslagers der Jugendgruppe und Hobby-Fahrer hatten sich 46 Motocross-Nachwuchsfahrer zwischen fünf und 18 Jahren, dazu noch 14 »alte Herren«, eingefunden. Von Montag bis Freitag war es in der Woche nach Pfingsten das Hauptziel aller, das fahrerische Können, aber auch die Kondition zu verbessern.

Die Youngster übernachteten zusammen mit ihren Eltern und Freunden im Fahrerlager direkt neben der Rennstrecke draußen vor den Toren der Stadt am Breitenbach. Bereits vor dem gemeinsamen Frühstück galt es, ab 7.30 Uhr den gemeinsamen Frühsport zu absolvieren. Dehnübungen und Jog-

gen war angesagt. Danach wurden die Motocross-Sportler – ihrem Alter entsprechend – zum Sektionstraining auf verschiedene Streckenabschnitte verteilt.

Der erfahrene Trainer René Dietrich war für die Hobbyfahrer zuständig. Marco Dorsch, dazu die RMCler Jörg Allramseder, Kevin Keim, Phillip Deinet, Patrick Hofer, Jens Wagner und Markus Butz schulten die Youngster bis zur zweistündigen Mittagspause. Anschließend wurde das umfangreiche Trainingsprogramm noch weitere drei Stunden lang fortgesetzt. »Am Abend sind sie in kleinen Gruppen ins Freibad gegangen, danach waren sie dann alle ziemlich platt«, wussten die Trainer zu berichten. Und die lobten ihre »Schüler auf Zeit« übereinstimmend: »Trotz der Hitze haben sie gut mitgemacht, die einen mehr die anderen weniger, wies halt so ist.«

Dabei gehörte Kurven- und Sprungtechnik ebenso dazu wie Linienwahl, Haltung generell und Gewichtsverlagerung in verschiedenen Situationen und noch mehr. Lob kam von Jugendbetreuer Andreas Keim, der bilanzierte: »Alle haben prima mitgemacht, gute Fortschritte sind bei jedem erkennbar.«

Neben dem Clubhaus traf man sich während der fünf Tage zum Frühstück und Mittagessen. Weil die Brötchen vom Mittelstädter Bäcker Keim vorbeigebracht wurden und die Betzinger Metzgerei Geisel fürs abwechslungsreiche, schmackhafte Mittagessen sorgte, brauchte niemand mit leerem Magen zum Training antreten. Das Training fanden vier Mädels und 42 Jungs allesamt »super«. Auch die Tatsache, dass ab 22 Uhr Bettruhe angesagt war, störte die jungen Draufgänger überhaupt nicht.

Was sie allesamt besonders schlauchte, waren die extrem hohen Temperaturen – »so heiß hab ich es beim Trainingslager noch nie erlebt«, stellte Kevin Keim, der schon zum 15 Mal dabei war, fest. Als Folge wurde im Gegensatz zu früher morgens eine halbe Stunde eher begonnen, die Mittagspause wurde ausgedehnt und vor allem mehr Trinkpausen eingelegt. »Wir haben ihnen aber auch noch weitere Verhaltenregeln bei diesen hohen Temperaturen beigebracht«, sagte Marco Dorsch.

Das Trainingslager, in dem »immer dieselben« der großen RMC-Familie irgendwie eingespannt waren, endete am Freitagmittag. Vom Jugendbetreuer-Team Jörg Allramseder, Frank Fauser und Andreas Keim bekam da ein jeder einen Teilnehmer-Pokal und ein spezielles Regencape ebenso.