

Bundesstützpunkt bei der DJK Aschaffenburg künftig mit zwei lizenzierten Trainern

Seit Anfang Juni wird der Rasenkraftsportnachwuchs von zwei frisch gebackenen C-Trainern Leistungssport betreut.

Die Beiden Trainer Andreas Raabe und Ludwig Gleixner haben nach einem Jahr Ausbildung in 120 Stunden die Theorie und Praxis, vor allem des Hammerwurfs, aber auch dem Steinstoßens und Gewichtwerfens vertieft. Die Lizenz wird vom DOSB vergeben und basiert auf bundeseinheitlichen Anforderungen. Verbandsübergreifend können darauf Qualifikationen wie B-Trainer der Leichtathletik aufgebaut werden.

Daneben waren Trainingsmethodik, Grundlagen der Sportbiologie und Biomechanik Hauptanteile des Theoretischen Wissens. Vereins-, Verbandsstrukturen und der Kampf gegen Doping hatten ebenfalls einen festen Anteil am Unterricht.

Für den disziplinfachlichen Teil konnte der Verband den bekannten und erfahrenen ehemaligen Bundestrainer der Leichtathletik Martin Ständner aus Kulmbach gewinnen. Als A-Lizenzinhaber war er insbesondere 8 Jahre für die Deutschen Hammerwerferinnen verantwortlich. Die Beiden Wochenenden fanden im März 2017 am Bundesstützpunkt auf der DJK Sportanlage in Aschaffenburg statt.

Derzeit sind bei der DJK Aschaffenburg über 20 Sportlerinnen und Sportler aktiv. Neben den Beiden C-Trainern arbeitet noch Martin Gleixner im Trainerteam und betreut den Bundeskaderathleten Christoph Gleixner sowie dessen Bruder Alexander Gleixner.

Neben Christoph gehören auch Lucie Holzapfel und die für die DJK startende Lisa-Sophia Schonert dem elitären Kreis der Bundeskaderathleten an.

Neben den 3 Leistungsträgern betreiben noch weitere 10-12 Nachwuchssportlerinnen und –Sportler sehr erfolgreich Rasenkraftsport in der DJK. Eine hohe Anzahl von Titel und Medaillen auf Bundes- und Landesebene im Einzelstart wie auch in den Mannschaften belegen seit vielen Jahren die erfolgreiche Arbeit der kleinen aber feinen Abteilung.

Mit Unterstützung der Stadt Aschaffenburg finden die Werfer ideale Bedingungen, auf der sehr großzügigen Anlage in Aschaffenburg. Ohne diese Leistungen, die Unterstützung des Hauptvereins sowie des Verbands wäre der Leistungssport so nicht zu etablieren.

Am 7. Oktober findet auf der DJK Sportanlage der Rasenkraftsportvergleichskampf Bayern-Württemberg-Hessen statt, da kann jeder Interessierte einmal die Jugend beim Sport vor Ort besuchen. Weitere Informationen finden Sie außerdem unter:

www-djk-rasenkraftsport.de

Ludwig Gleixner, 09.06.17 Abteilungsleiter DJK Rasenkraftsport