

Lehrreiches Trainingslager für den Talente- und Sichtungskader des NÖSK



Die jungen Schiedsrichter des NÖ-Talente- und Sichtungskaders konnten dieses Jahr von 11.-13.02 in der Karl-Beck-Sportschule in Lindabrunn im Rahmen des jährlichen Trainingslagers besonders von sehr erfahrenen Kollegen und Größen des österreichischen Schiedsrichterwesens profitieren. Außerdem fand man in der Sportschule Lindabrunn wie gewohnt perfekte Trainingsbedingungen vor.

Begonnen wurde Freitag früh bereits vor Zimmerbezug auf der Laufbahn. Dort absolvierten die Schiedsrichter den FIFA-Laufstest (30/35), welcher zur Freude sämtlicher Anwesenden souverän gemeistert werden konnte.



Nach dem Laufstest ging es dann im Lehrsaal weiter. Zunächst gab es die offizielle Eröffnung durch Kaderleiter Thomas Steiner, danach folgte ein Vortrag von Gabriel Gmeiner. Er hat den vergangenen Herbst in den USA verbracht und teilte in seiner Präsentation nicht nur seine positiven wie negativen Erfahrungen in Übersee, sondern besserte auch das Allgemeinwissen mit einigen interessanten Infos über Fußball in Amerika sowie geografische Aspekte seines Aufenthaltsortes auf.

Gestärkt vom Mittagessen kehrte man in den Lehrsaal zurück, um den von Obmann Alois Pemmer mitgebrachten Regeltest absolvieren zu können. Gleich wie beim Laufstest konnte auch hier allen Kollegen zu einer positiven Leistung gratuliert werden. Anschließend brachte Thomas Steiner mit seinem Vortrag „Schiedsrichter und Medien“ einen sicherlich sehr wichtigen Beitrag für die Zukunft, wird man ja bereits in den unteren Spielklassen mittlerweile mit Videoberichten und Interviews konfrontiert.





Gefolgt auf ein regeneratives Training freute man sich besonders, den langjährigen Spitzen-Referee Fritz Stuchlik begrüßen zu dürfen. Er brachte kurz die Eckpunkte des Referee Assistance Programm (kurz RAP), ehe er einige Videobeispiele mit der Gruppe diskutierte. Dabei setzte er gekonnt seine Rhetorik ein, um die Kollegen zur Diskussion zu animieren – ein sehr wertvoller Beitrag für jeden jungen Schiedsrichter.

Nach dem Abendessen ließ man den ersten Tag gekonnt ausklingen, bei einer Kartenpartie „krönte“ sich so mancher zum Kellner für das kommende Frühstück oder musste den Modegeschmack des Kaders beim nächsten Training über sich ergehen lassen.



Gleich nach dem Frühstück am Samstag den 12.2 wurde der „Mannschaft“ die Ehre zuteil, zwei aktuelle Bundesliga-Referees in Lindabrunn willkommen heißen zu dürfen. Michael Schmid und Markus Hameter – selbst waren sie einmal Teil des Talente- und Sichtungskader in NÖ – regten mit einer Videoanalyse auf Englisch nicht nur Sprachkenntnisse an, sondern analysierten strittige Szenen und Entscheidungen über die Leinwand. Dabei sei gesagt, die Verständigung auf Englisch unter den Kollegen war einmalig – man verstand sich in der Fremdsprache äußerst gut.

Im Anschluss hatten die jungen SR's die Möglichkeit, von Reg. Rat Johann Hantschk persönlich in einer Stunde zu erfahren, was für ihn – und für die Bundesliga – ein Aufsteiger und Schiedsrichter der sich in der Spitze des ÖFB etablieren möchte mitbringen muss. Ein „Referat“ der etwas anderen Art. Wer Johann Hantschk kennt, weiß wie authentisch und überzeugend er seine unglaubliche Erfahrung an eine Gruppe weitergeben kann.





Mag. Martin Heller – der „Fitness-Coach“ des Kaders setzte vor dem Mittagessen mit einem informativen Vortrag über den Laktattest, den jeder im Winter absolvierte fort. Dabei resümierte er u.a über die Bedeutung der Ergebnisse, brachte jedoch auch einen Einblick in die Materie des Laktattests: Wozu ist dieser hilfreich? Anhand der Ergebnisse gab er wertvolle Tipps für den optimalen Trainingserfolg.

Nach dem Mittagessen setzte Kollege Heller mit einem weiteren wichtigen „körperlichen“ Thema fort: Krafttraining. In der Kraftkammer der Sportschule zeigte er zum Beispiel wie man richtig an den Geräten trainiert und auch wie man zum optimalen Trainingserfolg kommt. Durch seine Erfahrung als Personal Trainer half er bei Bewegungsabläufen, Problemen bei der Übungsausführung und demonstrierte auch Möglichkeiten, ohne Geräte – mit dem eigenen Körpergewicht – einen beachtlichen Trainingserfolg zu erzielen. Gleich darauf gab es noch eine weitere koordinative Trainingseinheit in der Halle.



Zur Erholung des Körpers widmeten wir die nächsten 90 Minuten dem Bildschirm. Dies bedeutete allerdings nicht vor dem TV zu relaxen, sondern in Gruppen einem erfahrenen Bundesligakollegen beim Spiel zuzusehen und anschließend über seine Leistung zu sprechen. Gemeinsam mit Kaderleiter Thomas Steiner wurden positive und negative Punkte herausgearbeitet.

Am letzten Tag – dem Sonntag, war es auch wieder Kaderleiter Steiner der den Tag mit einem Vortrag zum Thema Disziplinarmaßnahmen eröffnete. Darauf folgend absolvierte man noch einmal ein Training in der Halle, welches nach erneutem Kräftigungstraining mit Mag. Martin Heller in einem „Kickerl“ den perfekten Ausklang fand.





Den perfekten Ausklang fand man auch danach auf „theoretischer“ Ebene. Thomas Laschober lieferte mit seinem Vortrag „Gestik und Mimik des Schiedsrichters“ einen äußerst interessanten Beitrag, aus dem man sicher einiges mitnehmen konnte.

Abschließend ist zu sagen dass dieses Trainingslager sicher nicht nur einen Lern- und Fittesseffekt bei den Mitgliedern des TSK hatte, sondern auch das Mannschaftsgefüge und die Kollegialität innerhalb der Gruppe enorm förderte. Dies wird besonders bei wichtigen Spielen im Frühjahr helfen, auf dem Spielfeld gute Leistungen zu bringen.

