

Neues Trainingscenter in Hadlikon eröffnet

Der Schweizer Verband für Bob-, Rodel- und Skeleton, Swiss Sliding, eröffnete am 25. Oktober 2019 das neue Trainingscenter für die Rodlerinnen und Rodler im Areal im Tobel in Hadlikon.

Warum gerade Hinwil-Hadlikon? Mit Girenbad hat Hinwil eine grosse Bob- und Rodeltradition. Zwischen 1949 und 1986 fanden immer wieder nationale und internationale Wettkämpfe auf der sehr anspruchsvollen Natureisbahn statt. 1961 gewann Elisabeth Nagele als erste Schweizer Rodlerin eine Goldmedaille in Girenbad.

Der Entscheid von Swiss Sliding, das Rodel-Trainingscenter in Hinwil-Hadlikon zu etablieren, hat zwei wesentliche Gründe. Erstens wohnt Natalie Maag, die zur Zeit beste Schweizer Rodlerin in Wernetschhausen und zweitens hat Urs Neukom im Areal im Tobel den Rodlern ideale Räumlichkeiten angeboten und die Realisierung des Trainingscenters wohlwollend unterstützt.



Heinz Möckli, der PR-Verantwortliche von Swiss Sliding Rodeln, stellt Natalie Maag vor.

Sepp Benz, Swiss Sliding Chef Rodeln, Olympiasieger, mehrfacher Welt- und Europameister im Bob begrüsst gemeinsam mit der Swiss Sliding-Geschäftsführerin Judith Huddleston die anwesenden Gäste. Extra angereist aus Österreich war Nina Reithmayer. Die 27-fache Podestfahrerin und Silbermedaillengewinnerin an der Olympiade 2010 von Vancouver verhalf diesem Anlass zu einem weiteren Glanzpunkt. Die 21-jährige Natalie Maag sowie unsere Nachwuchsathletinnen und -athleten



Bei diesem Gerät wird der «Abriss» an den Startbügeln gemessen.

finden im Areal im Tobel nun optimale Trainingsmöglichkeiten. Mittelpunkt des Trainingsraumes sind zwei vom Ex-Rodler Reto Gilly entwickelte und gebaute Trainingsgeräte. Auf beiden Geräten wird die so wichtige Startphase trainiert, simuliert und optimiert. Beim einen Gerät wird der sogenannte «Abriss» an den Startbügeln mit Sensoren gemessen und auf einen Bildschirm übertragen. So haben die Athleten und Trainer eine klare Kontrolle bezüglich dem Trainingsstand bzw. -fortschritt.

Das zweite Gerät ist ein fünf Meter langes laufendes Band. Nach dem Abriss am Balken kommt die zweite Beschleunigungsphase, das «Paddeln». Die Rodler tragen mit Spikes besetzte Handschuhe. Diese werden mit möglichst viel Schnelkraft und gleichmässigen Paddelschlägen ins Eis gewuchtet, dadurch wird der Rodel weiter beschleunigt. Bei diesem Trainingsgerät sitzt der Athlet auf einem Rodel und bewegt sich gegen das laufende Band. Die Geschwindigkeit und der Widerstand kann der Trainer bei Bedarf regulieren. Eindrucksvoll und mit grossem Einsatz demonstrierten Natalie Maag und Amanda Rommler die Trainingsabläufe.

Geleitet wird das Trainingscenter von Käthi Maag vom Neuen Bob- und Schlittelclub Girenbad. Mit Doris Schenkel, Rodel-Nachwuchsverantwortliche bei Swiss Sliding, ist eine kompetente Unterstützung und Zusammenarbeit sichergestellt.

Wie werde ich Rodlerin oder Rodler?

Ein sorgfältiger Aufbau der Jugendlichen hat Priorität. In Lehrgängen werden die künftigen Athleten sukzessive an den Rodelsport herangeführt. Auf Räderschlitzen und gesicherten Nebenstrassen absolvieren Interessierte völlig gefahrlos die ersten «Gehversuche». Erst dann wird das Training auf eine Kunsteisbahn verlegt.



Das «Paddeln» gegen das mit 11 m/sec laufende Band erfordert extrem Kraft.

Natalie Maag Saison 2018/19

Wichtige Resultate

- 3. Rang U23-Weltmeisterschaft
- 8. Rang Europameisterschaft
- 2 Top Ten Plätze im Weltcup
- 14 internationale Rennen auf 11 verschiedenen Bahnen zwischen Peking und USA/Canada

www.nataliemaag.ch

Beaufsichtigt von erfahrenen Trainingsleitern wird die Grundtechnik auf- und ausgebaut. Die Starthöhen werden je nach Leistungsvermögen angepasst. Entsprechend dem Fortschritt der Athleten wird diese kontinuierlich weiter nach oben gelegt. Jeder Athlet fiebert natürlich auf den Ritterschlag, den ersten Start von ganz oben.

Heinz Möckli

Lust auf mehr ?

Schnupperkurs?

ab 10 Jahren anmelden bei:

doris.schenkel@sunrise.com

Tel. 076 546 05 96

oder

kaethimaag@bluewin.ch

Tel. 076 548 46 11



Auf optimaler Fahrt im Eiskanal von Oberhof D.