

Eishockey Diverse Nationalliga-A-Profis nahmen im Zürcher Oberland am 1. Swiss Pro Hockeycamp teil

In Bäretswil auf den Spuren der NHL

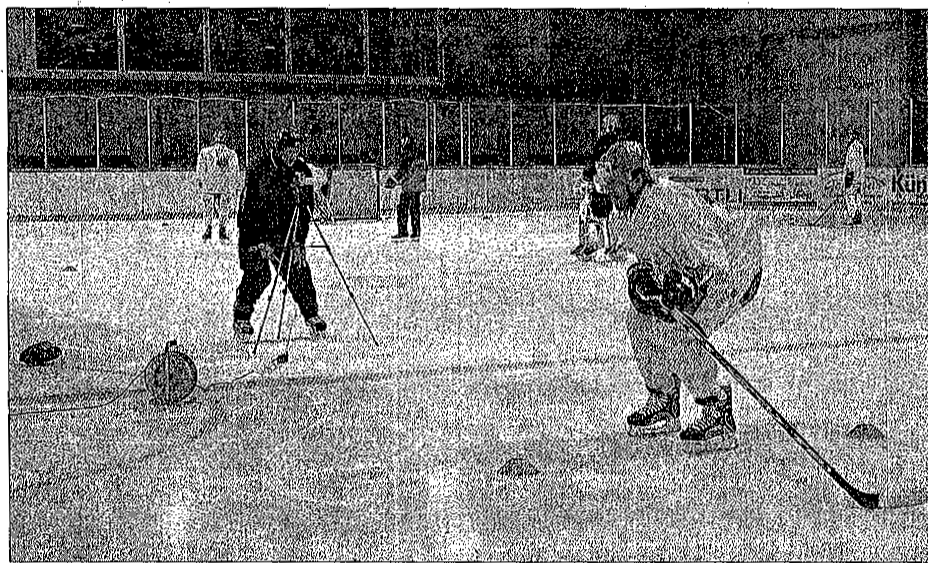
Björn Christen & Co. bestreiten in Bäretswil ein Camp nach dem Vorbild der National Hockey League (NHL) und feilten während vier Tagen an ihrer Skating- und Stocktechnik.

Adrian Kammer

Die Schweiz schwitzt. Doch trotz Rekordtemperaturen wird bereits wieder intensiv Eishockey gespielt. Zum Beispiel in der Eishalle Bäretswil. Seit Dienstag nehmen 18 Spieler verschiedenster Vereine aus der NLA und NLB während vier Tagen am 1. Swiss Pro Hockeycamp teil. Ziel des Camps: Verbesserung individueller Schwächen vor allem in der Skate- und Stocktechnik. Björn Christen, der Neuzug vom EV Zug, sagt: «Wie man skatet, darüber macht man sich kaum Gedanken. Im Club wird dies auch nicht speziell trainiert. Dort haben andere Bereiche, wie Taktik und das Passspiel, Priorität.»

Schwede erklärt Technik

Doch schnelles und agiles Schlittschuhlaufen ist ein wichtiges Element, um gut Hockey zu spielen. Bei vielen Spielern scheint hier das Potential längst nicht ausgeschöpft. Dies hat auch Dag Wenström erkannt. Der ehemalige Profi aus Schweden gründete mit Swetec Hockey eigens eine Firma, die sich auf die Technikschiulung von Eishockeyspielern spezialisierte. Der Schwede gibt Kurse in ganz Europa und Nordamerika. Anlässlich des Camps in Bäretswil ist er nun erstmals in der Schweiz tätig. Zwei Eintrainings pro Tag stehen auf dem Pro-



Der ZSC-Lions-Spieler Daniel Steiner (rechts) feilt unter den Anweisungen von Dag Wenström an seiner Skatingtechnik. (adk)

gramm. Wenström demonstriert den Spielern den optimalen Bewegungsablauf, der danach mit einfachen Übungen gleich umgesetzt werden soll. Immer dabei die Videokamera. «Nur mit der individuellen Videoanalyse am Abend verstehen die Spieler wirklich, was ich meine», erklärt der Schwede. Trainiert wird in Dreier- bis Vierergruppen. In vielen Clubs werde auf dem Eis zu wenig individuell gearbeitet, ist sich Wenström sicher.

In der NHL Standard

Auf der anderen Spielfeldhälfte feilt währenddessen eine weitere Gruppe unter der Anleitung von Colin Müller an

der Schuss- und Stocktechnik. Müller, Assistenztrainer beim EV Zug, ist einer der wenigen seiner Gilde, die sich für dieses Technikcamp begeistern konnten. Einzig Harold Kreis, Headcoach bei den ZSC Lions, ist ebenfalls anwesend. Dieses mangelnde Interesse von Seiten der Trainer ist für Heinz Diezl unverständlich, Diezl vertritt mit seiner Sportagentur «mfj consulting» mehrere Spieler, unter anderem Christen und Daniel Steiner (ZSC Lions). Die Agentur pflegt eine möglichst umfassende Partnerschaft mit den Spielern und zeichnet auch für die erstmalige Durchführung eines solchen Camps in der Schweiz verantwortlich. Mit seinem Projekt hat

er also Schweizer Neuland betreten. In der NHL dagegen sei man hier schon wesentlich weiter. Dort habe man längst erkannt, wie wichtig die individuelle Förderung der technischen Fähigkeiten sei. Zwischen der NHL und der NLA gebe es halt immer noch deutliche Mentalitätsunterschiede, so Diezl.

Laufband zum Skaten

Bereits weitgehend etabliert hat sich in der NHL auch die so genannte «Skatemill», ein Laufband, auf dem mit Schlittschuhen geskatet und gleichzeitig der Puck geführt werden kann. Mit modernsten Instrumenten kann der Bewegungsablauf der Spieler aufgezeichnet

und ausgewertet und so spezifisch den Schwächen gearbeitet werden. Skatemill eignet sich hervorragend, das so genannte «multi-tasking» zu trainieren, also die Fähigkeit auch bei hohen Tempi den Puck optimal zu kontrollieren. Die Skatemill ist aber ein nützliches Gerät, um im Sommer hockeyspezifisch trainieren zu können. Statistiken zeigen, dass Verletzungen im Leistungsbereich zu Beginn deutlich häufiger auftreten als am Ende der Saison. Grund: Die Spieler üben in der Aufbauphase viele Sportarten aus wie es Radfahren, bei denen die Seitwärtsbewegung fehlt – ihr Bewegungsapparat ist somit ungenügend vorbereitet.

Camp soll Fixpunkt werden

In einem Theorieblock wurden Teilnehmer des Camps in die Funktion und die Vorteile der Skatemill eingeführt. Schon bald werden sie diese praktisch erfahren. Denn ab September wird in Kloten in der Halle 41 die erste Skatemill Europas stehen. Das Interesse von Seiten der Spieler werde gross sei, ist Toni Walch von der Firma Hoc Performance Centre überzeugt. Um Hemmschwelle zu senken, würden dem Gutscheine verteilt.

Gut möglich, dass mit dem Camp Bäretswil ein neues Kapitel im Schweizer Eishockey aufgeschlagen wurde. Spieler jedenfalls nahmen die Inputs mit grossem Interesse auf. Gemäss Diezl soll das Camp zu einem Fixpunkt in der Saisonvorbereitung werden. Er betonte: «Wir möchten das Ganze kontinuierlich ausbauen.» Vor allem das Sommertraining könnte sich dadurch in Zukunft mit mehr individuellem Eis- und Techniktraining wesentlich verändern auch in den Hitzemonaten. Ganz nach dem Motto von Swetec Hockey: «To be pro, train like a pro.»