

Trainingsworkshop Kurz Bericht



Den vergangenen Trainingsworkshop hat das Team gut überstanden. Der Workshop ging zwar "nur" einen Tag, jedoch hatten wir uns für diesen Tag mit Denis Starke einen professionellen Trainer an die Seite gestellt. Der Tag war dann auch voll mit Analysen via Video und viel Theorie, wobei die Wassereinheiten auch nicht zu kurz kamen. Zumindest beweist dies der Muskelkater den so ziemlich jeder im Team in darauf folgenden Tagen spürte. Insgesamt ein Tag mit viel Neuem aber auch vielen Dingen die bereits bekannt waren, die aber noch mal eingehend vertieft wurden. Der Wettergott hatte dann auch einsehen, so dass wir nicht allzu nass wurden - wäre aber egal gewesen - Hanseaten Wetter halt:)

In jedem Fall ein Dankeschön an Denis Starke. Der Tag (immerhin fast 10 Stunden) hat dem Team Spaß gemacht und bald gibt es ja schon genügend Gelegenheiten das Erlernte in die Praxis umzusetzen. Am 03. Oktober treffen wir ihn in Hamburg schon wieder. Diesmal wird er aber nicht im Motorboot neben uns fahren, sondern mit seiner Mannschaft - dem Hannover Allsports Team im Boot sitzen und gegen uns fahren. Wir freuen uns trotzdem darauf.

Dank auch an den ACC Hamburg und Stefan der uns bei diesem Tag tatkräftig unterstützt hat.