

ÖSV in der Krise: Bergmüller fordert radikale Änderungen im Training!

Heini Bergmüller kritisiert die ÖSV-Damen und fordert eine Reform im Ausdauertraining für eine erfolgreiche Ski-Weltcup-Saison.



Österreich - In der kritischen Analyse der aktuellen Weltcup-Saison des Österreichischen Skiverbandes (ÖSV) äußert sich Heini Bergmüller, ein ehemaliger ÖSV-Konditrainer und Erfolgscoach, skeptisch über die Leistung der Damenmannschaft. Nach seiner Einschätzung zeigt diese Saison gravierende Mängel in der relevanten Trainingsmethodik. Bergmüller hebt hervor, dass die Grundlagen-Ausdauer als Hauptproblem identifiziert werden muss, um die Leistungen der Athletinnen nachhaltig zu verbessern. Die Rennläuferin Stephanie Brunner hat sich ebenfalls zu Wort gemeldet und ihre Unzufriedenheit mit dem aktuellen Training geäußert, wobei sie längere Trainingsläufe fordert, um die Wettkampfhärte zu steigern.

Bergmüller macht deutlich, dass vor allem im Riesentorlauf Schwächen in der letzten Streckenhälfte zu beobachten sind. Diese Mängel werden mit einer mangelnden Kraftausdauer in Verbindung gebracht. Er unterstreicht, dass es keine „Rennkondition“ im herkömmlichen Sinne gebe, sondern vielmehr eine spezifische „Skikondition“, die von den Basis-Ausdauerfähigkeiten der Athleten abhängt. Um dies zu verbessern, führte er in seiner aktiven Zeit zahlreiche Laktatkontrollen durch, die es den Sportlern ermöglichten, ihre Trainingsintensität gezielt zu steuern.

Kritik am aktuellen Training

Ein zentrales Anliegen von Bergmüller ist das Fehlen eines strukturierten Diagnostik- und Testsystems im aktuellen Training des ÖSV. Er beschreibt, dass viele Athletinnen oft nicht in der Lage sind, einen guten ersten Lauf ins Ziel zu bringen und im zweiten Durchgang aufgrund von Erschöpfung geschwächt reagieren. Diese Probleme führe zu suboptimalen Wettkampfergebnissen. Nach seinem Rücktritt im Jahr 2006 habe der ÖSV zudem kein Interesse gezeigt, gesammelte Trainingsdaten aktiv zu nutzen, was seiner Meinung nach eine verpasste Chance darstellt, die Leistung der Athleten zu steigern.

Bergmüller schlägt vor, das Ausdauertraining grundlegend zu überdenken, indem es unter Laborbedingungen durchgeführt wird. Solche umfassenden Änderungen könnten der Mannschaft helfen, ihre Platzierungen im Weltcup zu verbessern. Als positiven Aspekt sieht er die Rückkehr von Andreas Evers als ÖSV-Speedcoach. Evers bringe eine wertvolle Erfahrung mit, die für das Team von Nutzen sein könnte.

Die eingehenden Analysen und Vorschläge von Bergmüller spiegeln die Dringlichkeit wider, mit der der ÖSV handeln muss, um im internationalen Wettbewerb wieder erfolgreich zu sein. Die aktuelle Situation erfordert nicht nur Anpassungen in der Trainingsmethodik, sondern auch eine grundlegende

Neuausrichtung der Strategie für die ÖSV-Damen, um optimale Leistung zu erzielen.

Details	
Ort	Österreich
Quellen	• www.oe24.at • unipub.uni-graz.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at