

## **E-Kader Training der Kunstradfahrer im Bezirk**

Am 04. September 2010 hat sich der E-Kader des Bezirks Frankfurt-Main-Taunus im Kunstradsport zu einem seiner regulären Trainingstermine in der Steinbacher Altkönighalle getroffen. Von 09 - 13 Uhr konnten sich die Sportler aus den Vereinen Okriftel, Höchst und Bommersheim von den Trainern bei den verschiedensten Übungen helfen lassen und sich gegenseitig etwas abgucken. Um den Trainingsverlauf besser zu beobachten wurden nun für jeden Sportler methodische Trainingsreihen individuell angefertigt und besprochen. Somit ist den E-Kadern einerseits ein Trainingsplan in die Hand gegeben worden, wonach sie taktisch einzelne Übungen in einer bestimmten Reihenfolge trainieren um Transferwirkungen auszunutzen. Andererseits ist der methodische Trainingsbogen eine sehr gute Möglichkeit bei kommenden Trainingsmaßnahmen Verbesserungen und Trainingspensum jedes einzelnen Sportlers festzustellen.

Damit sind die Voraussetzungen gegeben, dass sich der E-Kader im Bezirk immer weiter entwickelt und signifikante Fortschritte macht. Ich freue mich jetzt schon auf den nächsten E-Kader am 30. Oktober 2010.

Enrico Krien  
Fachwart Kunstrad  
Bezirk Frankfurt-Main-Taunus

