

# Neun Tage Trainingslager und Sonnenbaden auf Sylt

## MTV-Leichtathleten in der Saisonvorbereitung in Rantum

31 Jahre Trainingslager in Rantum auf Sylt – und die Leichtathleten des MTV 49 Holzminden sind „ihrer“ Insel in keiner Weise überdrüssig. Auch in diesem Jahr unterzogen sich wieder 37 Aktive und Betreuer unter der Leitung von Michael Talke und Klaus Roloff ihrer alljährlichen Saisonvorbereitung in den Osterferien, diesmal bei neun Tagen Sonnenschein, der den Einsatz von Sonnenöl fast unerlässlich machte. So kam neben dem täglichen Training auch der Erholungsfaktor nicht zu kurz. Untergebracht waren die Leichtathleten wie immer im ADS-Schullandheim, für dessen Verwaltung und ausgezeichnete Küche sie nun schon Jahrzehnte lang willkommene Gäste sind. Nach den langen Wintermonaten in der Halle, dem Krafraum, beim Turntraining und den Laufeinheiten bei jeder Witterung im Stadion war der Aufenthalt auf Sylt wieder einmal eine willkommene Abwechslung vom Trainingsalltag. Abseits der üblichen Sportanlagen markierten die neun Tage Abschluss des Wintertrainings und Übergang zur anstehenden Freiluftsaison zugleich. Strand, Holzstege über die Dünen, Rasenplatz und Mini-Sportraum forderten immer wieder die Phantasie und Improvisationskunst der Betreuer für immer neue Übungsformen heraus; am Ende stand neben schweren Beinen aber auch die Erkenntnis, sich in bester Weise auf die kommenden Aufgaben vorbereitet zu haben.

Aber es wurde nicht nur „geackert“ – das Syltspiel in allen seinen Variationen zog sich wie ein roter Faden durch den Aufenthalt und endete für das Siegerteam mit dem Öffnen der MTV-Schatzkiste; das gute Wetter forderte geradezu die traditionelle „Sylt-Taufe“ heraus, bei der zunächst die „Neuen“, dann wahllos auch zufällig anwesende Sportler in der Nordsee „versenkt“ wurden; man besuchte das Hallenbad „Sylter Welle“, spazierte durch das stark frequentierte Westerland, maß sich in abendlichen Gesellschaftsspielen oder erholte sich einfach am Strand in der Sonne. Es war für jeden etwas dabei, und wer nicht mitfahren konnte, hat mit Sicherheit etwas verpasst. Die meisten der Teilnehmer haben schon jetzt ihre Beteiligung für 2012 signalisiert.



Im 21. Jahrhundert gibt es auch emanzipierte Piratinnen unter den Leichtathleten



Die Sylt-Taufe hat nun endlich auch Tobias Steffen ereilt