

Auch nach 40 Jahren: Die Sylt-Faszination lebt

MTV-Leichtathleten wieder auf Deutschlands nördlichster Insel



Die traditionelle Pyramide aller Teilnehmenden

Nur einer aus der immer wieder wechselnden Gruppe der Holzmindener Leichtathleten hat seit 1981 alle Trainingsaufenthalte auf der Insel Sylt begleitet: MTV 49-Cheftrainer Klaus Roloff ist auch nach über 40 Jahren Saisonvorbereitung im Sand nicht Sylt-müde – im Gegenteil: Auf Nachfrage würde er den Aufenthalt auf Deutschlands nördlichster Insel jederzeit einem Trainingscamp im warmen Süden vorziehen. Faszination Sylt eben...



Bei der Skateboard-Biathlon-Staffel



Kalt am Strand



Susan, Klara, Emma und Jule beim Ausleeren der Schatzkiste



Der fliegende Maximilian

Und dabei konnten sich die 13 mitgereisten MTVer und MTVerinnen auch in diesem Jahr wieder auf eines nicht verlassen: Das Wetter bot in den zehn Tagen ihres Aufenthaltes im ADS-Schullandheim in Rantum wieder einmal alle möglichen Facetten – Sturm, Regen, Schnee, Sonne gepaart mit einstelligen Temperaturen. Diese Bedingungen zwangen die Leiter des Camps – Annika und Klaus Roloff – zu den schon hinlänglich bekannten Improvisationen, mit deren Hilfe ein ausgiebiges Training zur Vorbereitung auf die Sommersaison absolviert werden konnte. Darin wechselten sich Einheiten zur Verbesserung der Athletik, der Beschleunigungsfähigkeit, Training verschiedener Wurftechniken, Übungen für den Stabhochsprung und Ausdauerläufe mit Tagen zur Regeneration in einem sinnvollen System miteinander ab.



Klara lässt sich beim Rollenspiel einwickeln



Tanz des Siegerteams zu It's Raining Men



Aufwärmen mit Annika



Duschraum-Performance zu Rihannas Umbrella



Die MTVer kurz vor dem Klo-Hockey-Spiel

Aber es wurde nicht nur trainiert: Das traditionelle Sylt-Spiel zog sich erneut wie ein roter Faden durch die Tage des Aufenthaltes und endete mit dem Öffnen der Schatzkiste durch das Sieger-Team. Neben den Quiz-Bögen mit den seit Jahren immer wieder wechselnden faszinierenden Fragen gab es diesmal eine Skateboard-Biathlonstaffel, das Klo-Hockey-Spiel, papierne Rollenspiele und als Höhepunkt eine nasse



Es geht aufwärts

Gruppenperformance im Duschaum zu verschiedenen Songs mit einem Regenthema. Ein weiteres Highlight bot der Besuch des Zentrums der Naturgewalten in List, wo die MTVer mehr über Klimawandel, Meeresbewohner, Kräfte des Meeres, Küstenveränderungen, verheerende Tornados und Sturmfluten erfuhren.



Robin beim Rumpfkrafttraining



Der nächste Schauer lauert schon



Lehrstunde im Zentrum der Naturgewalten