

# Sicherheitslücken im System

Die Leichtathleten trainieren mit Abstand am besten



Mit Abstand im Hürdenwald unterwegs:

Sarah Grupe und Julian Kuhnt im „neuen“ Leichtathletik-Training des MTV 49 Holzminden

Sicherheitslücken im System – im IT-Bereich mitunter verheerend; im Training der Leichtathleten verordnet, gewollt und überlebenswichtig. Sicherheitslücken zwischen den Athleten – für die Leichtathleten des MTV 49 Holzminden, die jetzt nach dem Lockdown auf die Bahn zurückgekehrt sind, kein Problem.

Als „Corona“ bedrohlich näher rückte und die Sportstätten geschlossen wurden, wichen die Leichtathleten des MTV 49 zunächst in den Wald aus und fanden auf den Wegen im Hasselbachtal geeignete Trainingsstrecken. Doch kurz darauf war ein solches Training in der Gruppe auch nicht mehr erlaubt, und nun hieß es, im Einzeltraining in der „Wildnis“ rund um Holzminden die im Winter so mühsam antrainierte Form zu erhalten. Die Sportler konnten sich glücklich schätzen, dass – im Gegensatz zu Großstadt-Situationen – ihre Trainingsmöglichkeiten im Grünen oft nur ein paar Schritte entfernt waren.

Mit Hilfe von disziplinbezogenen Trainingsplänen überbrückten die MTVer die Zeit des Lockdown, stets in Kontakt mit ihrem Trainer Klaus Roloff per Video oder Fotos vom Trainingsgeschehen. So gut dies auch lief in dieser Zeit – alle Athleten sehnten sich auf die Laufbahn zurück.

Unter stringenten Auflagen kehrten die Leichtathleten schließlich wieder ins Stadion zurück, stets auf Sicherheitsabstände und Maßnahmen zur Desinfektion bedacht. Ihre Sportart – sieht man einmal von Mittel- und Langstreckenläufen ab – birgt ohnehin nicht das Risiko von zu großer Nähe: Die Stabhoch-, Weit- und Hochspringer und die Athleten der Werfer-Fraktion sind ohnehin „Einzeltäter“ mit viel Platz zwischen den Gruppenmitgliedern, und im Hürdentraining lässt man zum Beispiel einfach eine Bahn zwischen den Hindernissen frei.

Athletiktraining im vereinseigenen Kraftraum ist noch nicht wieder gestattet, doch Klaus Roloff hat in seiner Trainerlaufbahn immer wieder neue unerwartete Übungen ausgetüftelt, und so fällt es seinen Schützlingen auch diesmal nicht schwer, die Tribümentreppen im Stadion für ein improvisiertes Krafttraining zu nutzen.

Große Eile wegen „drohender“ Wettkämpfe haben die Leichtathleten zurzeit ohnehin nicht – auch wenn sie sich kleinere Veranstaltungen in der zweiten Saisonhälfte durchaus wünschen. Und so nutzen sie diese Zeit Technikfehler auszumerzen oder konditionelle Defizite zu beseitigen. Und sollte irgendwann einmal das derzeitige Wettkampfvorbot aufgehoben sein, werden sich die Leichtathleten des MTV 49 Holzminden in bester Form präsentieren – vielleicht sogar stärker als vor der Corona-Zwangspause.