

Über die Schmerzgrenze hinweg

06.08.2012 | 15:42 Uhr



Wethmar. Nur wenige Meter vom Biathlon-Stadion in Winterberg-Langewiese entfernt, bezogen die Fußballer von Westfalia Wethmar am Wochenende Quartier für ihr Kurztrainingslager im Sauerland

Das Stadion bekamen die über 30 Aktiven der Bezirksliga-Ersten und der U23 zwar nicht zu Gesicht, ihre Treffsicherheit mussten die Grün-Weißen aber dennoch unter Beweis stellen. Bat Konditionstrainer **Rouven Schirp**, früher auch schon für die Profiabteilung des FC Schalke zuständig, doch am Samstag zum Fußball-Biathlon auf den Platz - und schon nach wenigen Runden floss der Schweiß in Strömen. Auch sonst kannte Schirp keine Gnade und ließ die Spieler wohl gleich mehrfach jeden Halm auf dem Kunstrasengeläuf des TuS Züschen ausgiebig erkunden.

„Den Jungs habe ich deshalb ein Kompliment gemacht. Für den Amateurbereich ist es nicht selbstverständlich sich so reinzuhängen, hier ist jeder über die Schmerzgrenze gegangen“, sagt Coach Alexander Lüggert, der sein Team nun auf einem recht ordentlichen Weg sieht: „Sicherlich ist nach oben noch einiges möglich. Aber die konditionellen Grundlagen hatten wir schon zuvor gelegt und in den drei Tagen von Winterberg noch ein Stück verbessert.“

INFO

Drei Spiele in den nächsten drei Tagen
Belastungsintensiv bleibt auch diese Woche.

Neben den beiden Partien beim MITA-Cup (Dienstag gegen BV Lünen, Mittwoch gegen VfB Lünen) tritt Wethmar am Donnerstag gegen **Landesligist TuS Stockum** an.

„Wir werden keinen überlasten und **verschiedene Teams** auf den Platz schicken“, so Trainer Alexander Lüggert.

Für die Belastungsstruktur der Bezirksliga wähnt Lüggert den Aufsteiger nun gerüstet. „Wir können jetzt längere Intervalle mit einem richtig hohen Tempo spielen“, so der 30-Jährige. Als großes Plus könnte sich für Wethmars spielenden Coach zudem der große und recht ausgeglichene besetzte Kader erweisen. Was auch schon zum MITA-Cup-Auftakt der Westfalia beim 5:1 gegen Gahmen zu sehen war. „Mit Hempelmann, Anderson, Helmus, Simon Fasse, Bulut und mir haben noch sechs Stammkräfte in der ersten Elf gefehlt und trotzdem war eine gewisse Ordnung vorhanden“, freut sich Lüggert, der deshalb auch recht zufrieden war: „Uns hat man die schweren Beine zwar angemerkt, aber das Spiel tat gut, um den Muskelkater rauszulaufen. Mit zunehmender Spieldauer sind wir dann auch in den Rhythmus gekommen.“

Zuversichtlich ist der Übungsleiter mittlerweile auch, den Weggang von Torjäger Dennis Wagner (zu BW Alstedde) kompensieren zu können: „Wir haben Cody de Grood etwas weiter vorgezogen und auch Youngster Lucas Zimmermann zeigt richtig gute Ansätze. Beide werden Dennis mindestens gleichwertig ersetzen.“