

Vorbereitung auf die neue Saison: ASV Hamm-Westfalen im Trainingslager

Erfahren Sie, wie die Handballer des ASV Hamm-Westfalen im Trainingslager innovative Ansätze zur Verbesserung ihrer Teamkoordination entwickeln.

Vorbereitung auf die neue Saison

Der Handball-Zweitligist ASV Hamm-Westfalen befindet sich derzeit in einem intensiven Trainingslager in Halberstadt, Sachsen-Anhalt, um sich auf die kommende Saison vorzubereiten. Dieses Lager ist besonders wichtig, da hier die Grundlage für den Teamerfolg gelegt wird. Der Torhüter Felix Hertlein hebt hervor, dass die Mannschaft während dieser Zeit nicht nur neue Trainingsmethoden erlernt, sondern auch viel Zeit miteinander verbringt, um den Teamgeist zu stärken.

Erste Herausforderung: Deutliche Niederlagen

Obgleich die Vorbereitung bereits begonnen hat, sieht sich die Mannschaft mit zwei eindeutigen Niederlagen gegen TSV Dormagen (30:39) und TuS Ferndorf (22:36) konfrontiert. Hertlein beschreibt diese Ergebnisse als ungewohnt und schmerzlich, ordnet sie jedoch im Kontext der Vorbereitung ein. „Klar, das hat gepiesackt. Aber man muss die Ergebnisse auch richtig einordnen“, kommentiert der 32-Jährige. Trotz der hohen Gegentore sieht er keinen Grund zur Panik, da die Mannschaft intensive Abwehrarbeit leistet, aber auch an der offensiven Abstimmung arbeiten muss.

Stärkung des Teamgeists

Im Trainingslager geht es nicht nur um sportliche Fortschritte, sondern auch um die Förderung des Teamgeists. „Was am Trainingslager super ist, ist, dass wir den ganzen Tag aufeinander hängen“, erklärt Hertlein. Während des Umbruchs im Kader ist es besonders wichtig, Vertrauen und Beziehungen unter den Spielern aufzubauen. Hertlein betont, dass die gemeinsame Zeit auch dazu beiträgt, Reibereien zu überwinden und echte Teamchemie zu entwickeln.

Abstimmungsprozesse und neue Strategien

Unter der Anleitung des neuen Trainerteams um Chefcoach Michael Hegemann zeigt die Mannschaft erste Fortschritte in der Abstimmung. Hertlein bemerkt, dass die Defensive durch neue Ansätze stabiler wird: „Wir merken langsam die Fortschritte in der grundlegenden Abstimmung.“ Besonders erfreulich ist für ihn, dass mit dem Torwarttrainer Stephan Nocke eine neue Herangehensweise an das Torwartspiel praktiziert wird. Dies bringt frischen Wind in die Trainingsarbeit und stärkt die Leistung des gesamten Teams.

Die Zukunft im Blick

Ein Erfolg in der Liga wird letztlich davon abhängen, wie gut die Mannschaft in den kommenden Wochen zusammenarbeitet. Hertlein weiß, dass es noch eine Menge Arbeit vor ihnen liegt, bevor es am nächsten Monat gegen den TV Hüttenberg ernst wird. „Bis dahin ist aber noch ein schönes Stück Arbeit vor uns“, schließt er optimistisch.

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de