1. Lehrgang der dpj im Jahr 2016

Nach der Sichtung für die Saison 2016 im November wurde nun der 1. Lehrgang im Jahr 2016 erfolgreich absolviert.

12 Jugendliche (5 Mädchen, 7 Jungs) waren zu dieser Veranstaltung (5. - 7. Februar) in die Sportschule Wedau geladen und wurden dort alle pünktlich vom Bundestrainerteam Andrea Schirmer und Bernd Wormer empfangen.

Nach der allgemeinen Begrüßung und dem obligatorischen Anmeldungsprozedere wurden umgehend die Zimmer bezogen, so dass sich die gesamte Truppe um 18.30 Uhr zum gemeinsamen Abendessen versammeln konnte.

An diesem Freitagabend wurde zunächst die Zielstellung für das restliche Trainings-Wochenende besprochen. Oberstes Ziel des Trainingswochenendes ist, alle derzeit im Kader befindlichen Spieler/innen sowohl technisch als auch in ihrer Persönlichkeit zu fördern. Ihre Zeit im Jugendkader soll lediglich der Beginn und die Grundlage ihrer Leistungssport-Karriere darstellen, so dass sie danach sowohl sportlich, wie auch als Persönlichkeit ausreichend fit sind, um sich für den nächsthöheren Kaderbereich zu empfehlen. Der erste große Schritt in diese Richtung wurde von ihnen bereits durch die Nominierung zu diesem Lehrgang „geschafft". Auch wenn natürlich ein gewisses Konkurrenzdenken im Hinblick auf die Nominierung zur diesjährigen Jugend-Europameisterschaft durchaus anspornend wirken kann, ist dennoch eine positive Gruppendynamik eine ganz wichtige Unterstützung, sich selbst weiter entwickeln zu können. Nicht allein deshalb präsentiert sich der Jugendkader an diesem Wochenende in der gemeinsamen Kaderkleidung als Gruppe - ebenso wie bei sämtlichen Kaderveranstaltungen im Jahr.

Als weiterer Punkt des Abends stand die Wahl der Kadersprecher auf dem Programm. Als Neuerung wurde in diesem Jahr erstmalig sowohl eine Kadersprecherin, als auch ein Kadersprecher (als gleichberechtigte Sprecher der Jugendgruppe) gewählt. In den Jugendkadern gibt es keine geschlechterunterschiedliche Kadereinteilung - daher ist die Wahl von 2 Kadersprechern hier nicht zwangsläufig notwendig. Trotzdem ist eine solche Einrichtung durchaus sinnvoll.
Ohne Beisein der Bundestrainer haben sich die Jugendlichen in geheimer Wahl auf 2 Sprecher geeinigt: Eileen Jenal (Saar) und Sven Laube (Saar) wurden gemeinsam mit ihren Vertretern Luzia Beil (Bayern) und Temur Kurbanov (Hessen) nun für ein Jahr als Kadersprecher/in bestimmt.

Als letzter (erfahrungsgemäß langwierigster) Programpunkt des Abends wurden dann noch zur Veröffentlichung der Kaderspieler auf der Verbandshomepage die Portraits der Kaderspieler/innen angefertigt. Allerdings einigte man sich anschließend darauf, noch zusätzlich bei Tageslicht weitere Bilder anzufertigen, aus denen man die „Besten" auswählen würde.

Beide Bundestrainer haben sich nach der offiziellen Beendigung des Abendprogramms angeboten, bei Gesprächsbedarf Einzelner zur Verfügung zu stehen. Wie erwartet wurde dies auch rege angenommen. Einzelgespräche oder Gespräche in Kleingruppen: Alle konnten sich der vollen Aufmerksamkeit ihrer Trainer gewiss sein.

Samstag, 06.02:

8.00 Uhr Frühstück

9.00 Uhr Abfahrt zur Boulehalle nach Düsseldorf. Vielen Dank an Uwe Racz, der mit einem 2. Fahrzeug freundlicherweise den Fahrdienst unterstützt hat.

Nachdem in der Halle dann die bereits anwesenden Espoirs (die ebenfalls an diesem Wochenende ihren 2. Sichtungstermin hier parallel abhielten) begrüßt waren, begannen um 10.00 Uhr mit dem obligatorischen Aufwärmtraining die praktischen Trainingseinheiten für die Jugend.

Über die Abläufe des Wochenendes waren die Jugendlichen bereits im Vorfeld informiert, so dass sämtliche Programmpunkte übergangslos absolviert werden konnten - ob unterschiedliche Spielformationen oder Ateliers:
Das Augenmerk der Trainer lag weniger auf dem Ergebnis der Spiele oder des Leistungstests, sondern die Technikverbesserung in Bezug auf die individuelle Bewegungsausführung stand im Mittelpunkt. Jede/r Spieler/in wurde im Hinblick auf seine

technischen Fähigkeiten/Fertigkeiten beobachtet und korrigiert. Immer mit dem Leitspruch im Hinterkopf: „Das was als Ergebnis rauskommt, ist immer nur eine logische Konsequenz dessen, was ihr dafür und bis dahin tut!"!

Nach dem gemeinsamen Mittagessen mit den Espoirs wurden die Spieler/innen zunächst mit einer kurzen theoretischen Einführung auf das anstehende „Prognose-Training" vorbereitet, bei dem es darum ging, die Zielsetzung und die aus dieser Trainingsform abzuleitenden Erkenntnisse zu erläutern.
Danach war allerdings zunächst wiederum ein Aufwärmprogramm zu absolvieren, bei dem es natürlich vordergründig um Aufwärmen durch Bewegung, aber als „Nebeneffekt" ebenso um Denkarbeit in Verbindung mit Bewegung geht. Speziell hier ist dann schon deutlich festzustellen, wie (mehr oder weniger) einfach sich die bereits schon mehrfach in diesem Bereich geschulten Spieler/innen zurecht finden.

Eingeleitet durch das gesonderte Aufwärmtraining absolvierten sämtliche Spieler/innen hoch konzentriert die für den restlichen Mittag anberaumten Trainingsabschnitte. Ein kurzes Feedback bezüglich der individuellen Leistung und der gewonnenen Eindrücke wurde jeweils direkt vorgenommen. Detaillierte Einzelgespräche waren für den Abend geplant.

Bei den Espoirs war ein geplanter Programmpunkt für den Abend eine Trainingseinheit mit Norbert Koch (Geschäftsführender Bildungsreferent des DJK Landesverbandes NRW - sicher auch bekannt durch seine zahlreichen Boulevideos, u.a. Initiator der Regelvideos in YouTube) unter dem Motto „Werte im Sport - Fairplay".
Entgegen der ursprünglichen Planung fand sich Norbert Koch bereits am Nachmittag ein. Er erklärte sich dankenswerterweise spontan bereit, den Programmpunkt in etwas verkürzter Form ebenso mit den Jugendlichen durchzuführen, was nach dem anstrengenden Trainingstag von allen gerne angenommen wurde.

Pünktlich um 18 Uhr ging es für die Jugend zurück zur Sportschule Wedau, wo nach dem Abendessen für 20 Uhr eine weitere theoretische Schulungs-Einheit auf dem Programm stand: „Mentales Training als Element der Sportpsychologie - welche Voraussetzungen müssen zusätzlich zum eigentlichen Pétanque-Training vorhanden sein oder geschaffen werden?". Das zentrale Thema der Schulung bildete an diesem Abend das Prognose-Training am Mittag, bei dem nochmal ausführlich die individuellen Ergebnisse dieser Trainingseinheit besprochen wurden.

Das wiederholte Angebot der beiden Trainer, nach der Schulung erneut für Einzelgespräche zur Verfügung zu stehen, wurde bis zur festgelegten Bettruhe durchgehend beansprucht. Sicher anstrengend, aber der Redebedarf der Spieler/innen zeigt deutlich, wie wertvoll eine vertrauensvolle Zusammenarbeit von Trainer und Spieler ist.

Für den Sonntag waren durchgehend unterschiedliche Spielformationen mit verschiedenen Vorgaben angesetzt. Auch hier waren sämtliche Spieler/innen hoch motiviert und konzentriert bis zum gemeinsamen Mittagessen um 13 Uhr an den Kugeln.

Gegen 14 Uhr war der offizielle Kaderlehrgang schließlich beendet.

Die Kader-Termine für die Saison 2016 stehen bereits fest - auch wenn zum jetzigen Zeitpunkt lediglich „mündliche" Zusagen für internationale Turniere vorliegen.
Es liegt auch von den Spieler/innen eine „Verfügbarkeits-Liste" vor, bei der von ihnen eingetragen werden musste, wer zu welchem Termin bereits zum jetzigen Zeitpunkt (mehr oder weniger verbindlich) zu- oder absagen könne.

Die Bundestrainer werden nun anhand der Liste den für jeden einzelnen Spieler/jede einzelne Spielerin sinnvollen Einsatz prüfen und dementsprechend die Nominierungen vornehmen.
Auch für das Jahr 2016 hat damit wieder der „Spagat" einer gezielten Selektion in Richtung Jugend-EM 2016 in Monaco und gleichbedeutend der ganzheitlichen Förderung sämtlicher Jugendspieler/innen begonnen:

Nachwuchsförderung im Leistungssport.