

Trainingslager Seefeld (Tirol)

14.06. – 16.06.2019

Teilnehmer



Das diesjährige Trainingslager wurde von Urs Pfister und Marcel Plattner organisiert. Üse und Pläde sind zwei alteingesessene Trainingslager-Profis. Das ist mir als «Neuling» (für den Leser: Ich war das erste Mal dabei...) sofort aufgefallen. Ich werde diesbezüglich im Verlaufe meines Berichtes darauf zurückkommen.

Am Freitag, den 14.06.2019 trafen sich also 14 aktive, noch ein wenig verschlafene Stadthäusler, zum diesjährigen Mega-Ereignis.

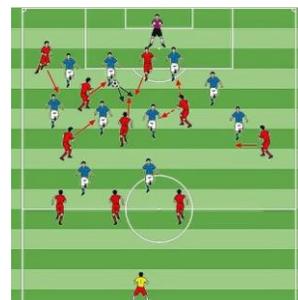
Treffpunkt: 06.15 Uhr vor dem Gleis 7 im Hauptbahnhof Zürich.

Abfahrt war um 06.40 Uhr mit RIX 161 Richtung Innsbruck. Wir hatten natürlich reservierte Sitzplätze und was sehr erfreulich war, auch im Speisewagen war für uns reserviert. Kaum hatten wir Platz genommen, wurde schon das erste Training einberufen.

Wir wurden in 2 Gruppen aufgeteilt und mussten gestaffelt im Speisewagen frühstücken. Eine taktische Übung die uns wahrscheinlich lernen soll, dass nicht alle zusammen den gegnerischen, ballführenden Spieler angreifen sollen....clever, clever.

Kurz nach 10.00 Uhr kamen wir in Innsbruck an. Wir mussten umsteigen. In dieser Pause wurde ich auch nett gefragt, ob ich den diesjährigen Bericht des Trainingslagers schreiben möchte. Natürlich wollte und konnte ich mich als Neuling nicht widersetzen und nahm «dankend» an.

Um 10.38 Uhr ging es weiter Richtung Seefeld / Tirol, wo wir dann auch pünktlich um 11.14 Uhr ankamen.



Vom Bahnhof Seefeld wurde von unseren Trainingsleitern das erste Konditionstraining gestartet. Wir mussten, total beladen mit unseren Koffern und Rucksack, zum Hotel laufen. Ein 15 Minuten Marsch der es in sich hatte. Total ausgepumpt standen wir dann da vor der Rezeption, um unsere Zimmerschlüssel in Empfang zu nehmen. Als Neuling bist du total konzentriert und schaust natürlich auf alles was sich so abspielt und du schaust auf deine «Mitspieler». Wie verhalten sie sich, was tun sie....? Bei der Übergabe der Zimmerschlüssel sieht man, wie die Hierarchien in der Mannschaft sind. Üse und Pläde waren natürlich die Ersten, die den Zimmerschlüssel in Empfang nahmen, andere dagegen erst 2 Stunden später.....bösen Zungen behaupten, das gleiche sei beim gesunkenen Luxusdampfer Costa Concordia geschehen. Auch da sei der Kapitän Francesco Schettino als einer der Ersten von Bord gegangen..... Wie gesagt, das sind Behauptungen die ich nicht bestätigen kann.



Ein paar Worte zum Hotel: Das «Alpenpark Resort Hotel». Ein 4s-Sterne Hotel mit allem, was man sich wünschen

Fitnessraum 😊 Bäder, Whirlpool, Freibad, Solarium, Massagen und eine exquisite Küche. Wir bekamen beim Mittagessen schon eine Kostprobe davon. Wiener Schnitzel mit Pommes....hmmm, soooo fein.

Wir waren also angekommen!



Bevor wir es uns so richtig gemütlich machen konnten, stand schon das nächste Training auf dem Programm. Um 13.45 Uhr ging es mit dem Zug nach Scharnitz zum Paintball. Der interessierte Leser fragt sich, was Paintball mit Fussball zu tun hat. Bevor man es nicht selber erlebt hat, kann man diese Frage nicht beantworten.

Um 14.30 Uhr war die Paintball-Tirol-Anlage für uns reserviert. Wir wurden in 2 Mannschaften aufgeteilt (blau und weiss) und mit Overall, Masken und mit Druckluft betriebenen, halbautomatischen Waffen ausgerüstet. Als Munition dienten grüne Gelatinekugeln. Übrigens man spricht nicht von Waffen im Paintball, sondern von «Markierer». Das Spiel ist schnell erklärt. Bestimmt hat jeder mal als Kind, Cowboy und Indianern gespielt.



Nun, im Paintball geht es genau darum. Den Gegner zu treffen, respektive mit dem Markierer zu markieren. Bei einem Treffer platzen die Kugeln und hinterlassen einen Fleck – nicht nur auf der Kleidung, sondern auch am Körper. Am Körper sind es dann die bekannten blauen Flecken. Der Zusammenhang zum Fussball findet man genau in diesen blauen Flecken die wir fast nach jedem Fussballspiel nach Haus gebracht haben. Bei einigen Mitspieler war der Adrenalin-ausstoss megamässig.

Am Schluss hat Mannschaft Blau gesiegt. Oder war es doch Mannschaft Weiss????



Um 16.30 Uhr ging es dann auch wieder Richtung Seefeld.

Um 19.00 Uhr war wieder Besammlung! Das Nachtessen stand auf dem Programm. Lieber Leser, das Essen war exquisit, aber das sagte ich ja schon. Es war ein Traum! Was das Herz so begehrt und was unser Bauch so alles in sich rein lässt. Alles gab es. Hier nur ein paar Fotos.....



Wir hatten auch Glück, dass nach so einem Nachtessen Üse und Pläde nicht noch eine Trainingseinheit eingeplant hatte. Es wurde sogar noch besser. Das Erkunden von Seefeld stand auf dem Programm. Einige wenige von uns waren schon mal im Trainingslager in Seefeld gewesen. Ich glaube es war vor ca. 38 Jahren.... Die alteingesessenen Spieler kannten sich in der kleinen, schönen Ortschaft gut aus. Obwohl das eine oder andere Lokal geschlossen war (Western Saloon Buffalo) gab es immer noch genug Möglichkeiten, um etwas zu trinken und einfach die Seele baumeln zu lassen. Das intensive Training hatte doch einigen zugesetzt, so dass die ersten bald mal ins Hotel zurück gingen. Ein paar wenige Stadthäusler gingen dann noch ins Casino. Und genau hier hört meine Berichterstattung vom ersten Tag auf.

Der zweite und Anstrengere der beiden Tage im Trainingslager stand an. Zuerst aber war unser Ziel das Frühstücksbuffet. Treffpunkt 08.00 Uhr. Bald mal waren wir alle im Speisesaal und nahmen unser morgendliches Essen ein. Nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig. Denn heute stand unsere Bike – Tour an. Wie lange diese Tour war und wohin sie uns führte, wussten wir nicht. Unsere Trainingsleiter teilte uns nur mit, dass es so lange dauern würde, wie unser Bike – Guide Ausdauer mit uns hat. Ein Tag ganz im Zeichen von Kondition und Kraft.



Um 09.30 Uhr standen wir im Bike-Dress ausgerüstet vor dem Hotel parat. Die Bikes waren natürlich reserviert und warteten bei Sport Norz auf uns. Auch dies war von den Trainingsleitern super organisiert. Nun, eigentlich wollte ich es nicht sagen, aber es waren natürlich E-Mountain-Bikes, die für uns reserviert waren. Im Verlaufe der Tour waren wir auch sehr froh darüber, dass es E-Bikes waren! Hier möchte ich doch unseren «Bergfloh» Martin Staubli erwähnen. Er wollte kein E-Bike. Als er dann doch das E-Bike fassen musste, wurde der «E-Teil» aus Protest nicht eingeschaltet. Er fuhr die ganze Strecke, ohne den Elektro – Teil einzuschalten. Martin, Hut ab von Deiner Leistung!!! Um 10.00 Uhr ging es los. Wie jeder weiss, liegt Seefeld im Tirol in den Bergen. Unsere Tour ging über Hügel und Täler, wieder rauf und wieder runter. Der Höhepunkt war die Rotmoosalp auf 2030 m ü.M. Eine als «schwer» gekennzeichnete Strecke mit rund 850 Höhenmeter!!! Diese Tour hatte es wirklich in sich. Nach gut 2 Stunden hatten alle Stadthäusler, inklusive Guide, den Berg besiegt. Wahrscheinlich lag es daran, dass es oben auf der Rotmoosalp ein Restaurant hat. Das war Doping genug für uns diesen kleinen, «herzigen» Berg zu erklimmen. Oben bekamen wir dann unseren Lohn. Essen und Trinken, aber auch dieses Mal mussten wir uns zurückhalten, denn es ging ja wieder den Berg runter.



Die Abfahrt durften wir nicht unterschätzen. Die Mutigen unter den Stadthäuslern jagten den Berg runter als wäre der Teufel hinter ihnen her. Die weniger mutigen von uns meisterten die Abfahrt mit Respekt und einfach jeder in seinem Tempo. Nach dieser doch steilen Abfahrt wurde die Strecke weniger anspruchsvoll. Auf einmal waren wieder viel mehr Stadthäusler mutiger und mit dem entsprechenden Adrenalin ging es weiter Richtung Seefeld. Einer von ihnen war unser Präsi Paul Brunner. Der wusste nichts Besseres, als in einer Kurve zum Überholen anzusetzen. Was mit sich brachte, dass er kurz darauf im Graben lag! Ein paar Schürfungen aber sonst Schwein gehabt. Später munkelte man, dass er nochmals so ein Überholmanöver startete, dieses Mal ohne in den Graben zu landen. Nun, wir kennen unseren Präsi. Auch beim Fussballspielen ist er so. «Alles oder Nichts».

Ich möchte hier noch die Wildmoosalm erwähnen! Ein Restaurant kurz vor Seefeld. Da haben wir uns dann nochmals gestärkt. Wir wollten ja nicht allzu erschöpft in Seefeld eintreffen. Gegen 16.30 Uhr haben wir dann alle unsere E-Bikes im Sport Norz wieder abgegeben. Es war eine tolle Tour!



Als wir dann zurück im Hotel waren, nutzte jeder Stadthäusler die freie Zeit, um sich ein wenig zu erholen. Wir hatten die ganze Hotelanlage zur Verfügung. Dampf- und Sprudelbad, ein wenig Sauna und einfach das Nichtstun genießen.

Diese Freizeit nutzen Pläde, Remo und Widi, um noch ein paar Bälle einzulochen (sagt man das so??).



Sie gaben nochmals alles auf der 9-Loch-Golfanlage. Vielleicht wollten diese drei Herren zeigen, wie fit sie sind.....??

Nächster Termin: 19.00 Uhr – Nachtessen.

Alle Befürchtungen, dass dieses Nachtessen nicht so fein und exquisit wie das vom Vorabend sein könnte, waren haltlos. Auch dieses Nachtessen war megamässig fein. Kleiner Makel: Es gab kein Dessertbuffet und auch kein Tiramisu. Aber sonst war es ganz ok. Auch hier ein paar Bilder dazu.



Bevor der Tag zu ende war, stand noch ein Termin auf der Agenda. Anschliessend zum Nachtessen, so gegen 21.00 Uhr, ging es zu den hoteleigenen Bowlingbahnen hinunter. Auch hier wurden wir in zwei Mannschaften aufgeteilt. Unsere Mannschaft hat diesen Teil des Trainings als nettes Beisammensein verstanden. Dementsprechend wurden wir von der Gegenseite so richtig deklassiert. Das konnten wir nicht auf uns sitzen lassen. Das zweite Spiel wurde total ernst genommen und siehe da; wir haben dann auch gewonnen. Ok, wir haben nur knapp gewonnen aber....gewonnen ist gewonnen. Der Rest des Abends war dann zur freien Verfügung. Einen Spaziergang ins Zentrum von Seefeld, vielleicht noch einen «Schlummi» um dann total erschöpft ins Bett zu fallen.

Am Sonntagmorgen waren die ersten bereits um 08.00 Uhr am Frühstückstisch. Langsam füllten sich unsere zwei Esstische. Am Schluss waren dann alle anwesend.

Nach dem Kofferpacken und dem Check-out stand der Rest des Vormittages zur freien Verfügung. Nächster Termin war Besammlung vor dem Hotel um 12.15 Uhr und Abmarsch Richtung Bahnhof Seefeld.



Die Rückreise war gut organisiert. Höhere Mächte hatten aber was dagegen, dass wir pünktlich in Zürich ankamen.



Nicht so schlimm.
Mit knapp 40 Minuten
Verspätung erreichten
wir Zürich HB.
Hier verabschiedeten wir
uns voneinander.



Es war ein gelungenes Trainingslager und im Gegensatz zum letztjährigen Trainingslager haben wir dieses Jahr nicht nur den Bizeps trainiert.....

Danke den Organisatoren und Trainingsleitern Marcel und Urs.
Ihr habt es super gemacht.

Mariano