

# Talente auf dem Weg in den Leistungssport

Die orange-weiße Flagge an der Dachrinne des Hauses signalisiert die Sportart. Es ist ein Spätsommerabend bei angenehmen Temperaturen mitten in der OL-Hauptsaison.

Nach und nach treffen die 10 bis 16-jährigen Athleten ein. Unkompliziert wie OL-Läufer sind, wird das Wohnzimmer der Familie Ramstein in Muttenz kurzerhand in eine Garderobe umfunktioniert.

Die OLV Baselland und die OLG Basel bieten seit diesem Frühling ein Spezialtraining für aufstrebende OL-Talente an. Die Mitglieder dieses Ausbildungsclubs treffen sich am Freitagabend zu einem gemeinsamen Training.

Kaum sind alle umgezogen, geht es in lockerer Stimmung Richtung Wald. Auf dem Weg nach oben wird die Infrastruktur des Vitaparcours für eine Kräftigungsgymnastik genutzt. Etwas später erreicht die Läufer­schar das Rütihard-Plateau. Dort wird zuerst am Laufstil gefeilt, bevor es dann auf eine längere Tour geht, um die Ausdauerfähigkeiten zu verbessern. Geleitet wird das Training von Johanna Purrer Ramstein (47) in Zusammenarbeit mit ihrem Partner Reto Ramstein (61).



Die beiden sind noch nicht so lange mit Karte und Kompass aktiv. Sie kamen im Jahr 2005 wie so viele Orientierungsläufer an einem Baselbieter Team-OL zum ersten Mal mit dieser Sportart in Kontakt. Die diplomierte Sportphysiotherapeutin und Feldenkraislehrerin und den Gymnasiallehrer kann man aber durchaus als Senkrechtstarter bezeichnen. Innert kürzester Zeit haben sie sich autodidaktisch sehr viel OL-Know-how angeeignet. An den jedes Jahr stattfindenden Seniorenweltmeisterschaften standen beide in ihrer Altersklasse schon auf dem Treppchen und Erfolge an Schweizermeisterschaften stehen ebenfalls einige zu Buche.



Nun stellen sie ihre persönlichen und ausbildungnerischen Fähigkeiten auch der OL-Jugend zur Verfügung. Das Training und die Betreuung der Jugendlichen im Ausbildungsclub ist als Möglichkeit gedacht, um zusätzlich zum Training im eigenen Verein gut vorbereitet die nächste Stufe in der Ausbildung zu erreichen. Dies könnte bei den meisten der Jungs das regionale Nachwuchskader sein. Leider ist der weibliche Anteil der Gruppe auf null geschrumpft, denn das einzige Mädchen befindet sich im Moment in einem Auslandjahr.

Johanna und Reto, beide J+S-Trainer der Stufe 1 im OL, kombinieren ihr berufliches Wissen mit den eigenen Erfahrungen bei der Begleitung der beiden ebenfalls im OL aktiven Töchter. Das Ziel ist ein qualitativ gutes Training, welches die interessierten Jugendlichen im physischen, technischen und mentalen Bereich weiterbringt.

"Ich bin sehr motiviert, die jungen Athleten bei den Startschwierigkeiten in der Sportart OL zu unterstützen und sie behutsam in ein leistungsorientiertes Training einzuführen", beschreibt die Trainerin ihre selbst definierte Aufgabe.

Das Angebot des Ausbildungsclubs ist bewusst sehr niederschwellig gehalten. Es werden alle Interessenten aufgenommen. Wenn die Mitglieder der Gruppe schon Wettkampferfahrung mitbringen und eine Talentcard lokal oder regional besitzen, ist das von Vorteil auch um den im Moment noch bescheidenen finanziellen Support von Swiss Olympic und J+S zu steigern. Entsprechend sind die beiden Trainingsleiter bestrebt, die Jugendlichen zu motivieren, an Wettkämpfen und PISTE-Tests teilzunehmen. Dort können die nötigen Punkte gesammelt werden, um eine Talentcard zu erreichen.

*Text und Fotos:  
Hans Matter, J+S-Coach OLV Baselland*