

Konditionstests kurz vor Saisonstart

Einsiedeln, 15.11.2016

Die Skirennensaison 2016/2017 steht vor der Türe – die Athleten des Juniorenkaders des RLZ Hoch-Ybrig starten diese und nächste Woche mit den ersten Rennen in Zinal und Arosa. Traditionsgemäss stand aber auch dieses Jahr kurz vor Saisonstart die Kondition der Athletinnen und Athleten nochmals auf dem Prüfstand: am 29. Oktober 2016 fand in Olten der nationale Swiss-Ski Powertest statt und am 12. November 2016 wurde vom RLZ Hoch-Ybrig und in clubübergreifender Zusammenarbeit das regionale Pendant dazu in Altendorf durchgeführt.

Der regionale Konditionstest in Altendorf fand dieses Jahr zum dritten Mal in Folge statt. Initiant und JO-Cheftrainer des RLZ Hoch-Ybrig, Heli Kreuzer, zeigt sich zufrieden mit dem Anlass: «Der Test wird sehr geschätzt und von den regionalen Skiclubs gut genutzt. Unser Test ist jeweils genau gleich aufgebaut wie der jährliche Powertest von Swiss-Ski. Da sämtliche regionalen Skiclubs mit ihren JOs daran teilnehmen können, bietet der Test den grossen Vorteil, dass die Leistungen aller Athletinnen und Athleten auf die gleiche Weise gemessen werden und so direkt miteinander vergleichbar sind». Bei den neun verschiedenen Einzeltests wie unter anderem dem «Schweizerkreuz», dem Hindernislauf oder dem traditionellen 12-Minuten-Lauf massen sich dieses Jahr insgesamt 62 JO-Kinder und zeigten dabei gute Resultate. Mit besonders starken Leistungen überzeugten Annika Meinhold (Jahrgang 2003, Skiclub Altendorf), Seraina Altwegg (Jahrgang 2003, RGZO) und Sanne Van Welie (Jahrgang 2002, Skiclub Altendorf) die alle diesen Sommer neu zum RLZ-JO-Kader gestossen sind.

Dass sich allerdings auch die etwas älteren Athletinnen und Athleten in den letzten Monaten äusserst fleissig auf die neue Saison vorbereitet haben, bewiesen diese bereits zwei Wochen zuvor in Olten: Alexandra Walz (RLZ Juniorenkader) siegte in der Kategorie Damen 1999, Nikki Van Welie und Livia Rossi (beide RLZ JO-Kader) belegten in der Kategorie Mädchen 2001 die starken Plätze 6 und 9, Björn Herger (RLZ Juniorenkader) beendete den Powertest in der Kategorie Herren 1999 auf dem 11. Rang und Andri Moser (RLZ JO-Kader) erreichte in der Kategorie Knaben 2001 den starken 6. Schlussrang.