

BEHINDERTENSSPORT

TEXT Thomas Haider

Auf der Linzer Gugl fand ein Tischtennis-Trainingslehrgang für Rollstuhlfahrer/innen statt. Unter der Leitung von Doris Mader, der Paralympics-Zweiten aus London, trainierten auf sechs Tischen Breitensportlerinnen und -sportler unterschiedlichster Spielstärken gemeinsam zwei Tage lang ihre Fertigkeiten.



ÖBSV-ÖTTV-Rollstuhl-Tischtennislehrgang in Linz

Ziel des Trainingslehrganges war es, tischtennisbegeisterte Rollstuhlfahrer/innen über die Grenzen ihrer Vereine zusammenzubringen, um so bei den Beteiligten neue Trainingsimpulse zu setzen, Erfahrungen unter Gleichgesinnten auszutauschen und neue Freundschaften zu schließen.

So gab es unter anderem im Rahmen der gemeinsamen Abendgestaltung Zeit genug, damit sich die Kursteilnehmer/innen auch abseits der Platte besser kennenlernen konnten. Gemeinsam wurde nicht nur über Tischtennis gefachsimpelt, sondern auch viel gescherzt und gelacht.

Auch bei den Trainingseinheiten achtete Trainerin Doris Mader auf einen ausgewogenen Mix aus Belastung und Spaß: Zum Aufwärmen gab es einfache Aktivierungsspiele und auch bei den Trainingseinheiten gab es spielerische Elemente, die dennoch so manchen Teilnehmer ein wenig forderten.

Natürlich durften aber auch Übungen zu Grundtechniken wie Schupfen, Kontern

und Topspin sowie eine Einheit zum für das Rollstuhl-Tischtennis besonders wichtigen Positionsspiel und die Konzentrationsausdauer nicht fehlen.

Unterstützt wurde Doris von Thomas Haider, sowie von den Rollstuhlsportlern Hans Ruep und Franz Desch, die bereitwillig ihr Wissen und ihre Erfahrung an die Teilnehmer/innen weitergaben.

