

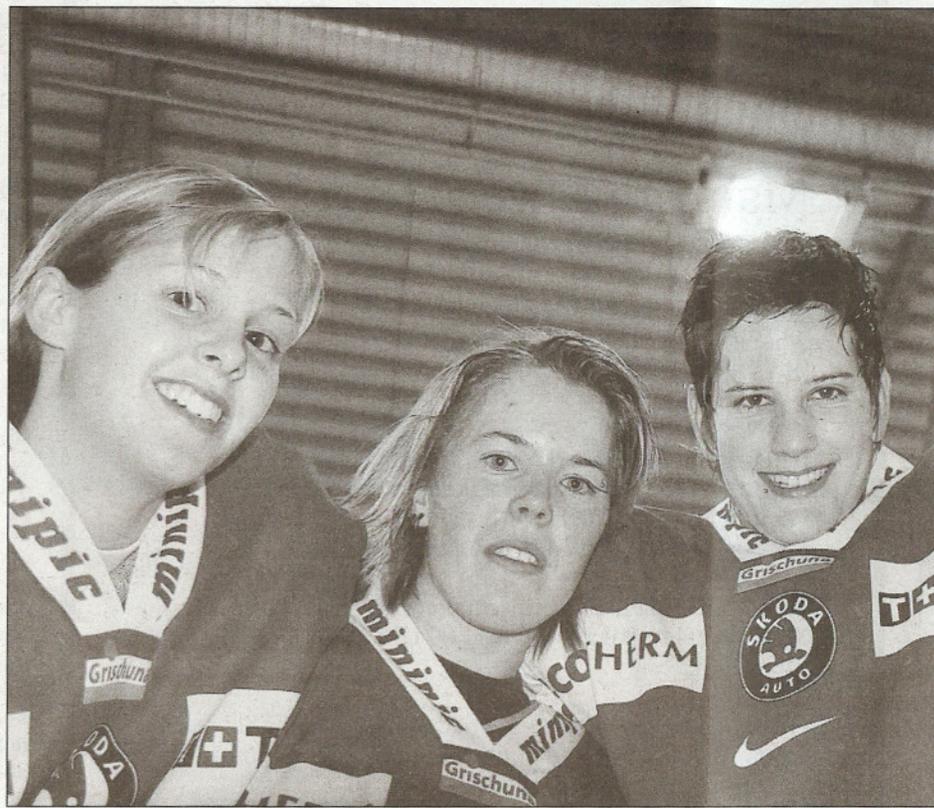
# Eiszeit zur vorgerückten Stunde

**Huttwil im Emmental, Samstagabend, 20 Uhr: Die Schweizer Frauennationalmannschaft befindet sich inmitten der Vorbereitung auf die bevorstehenden Welttitelkämpfe, die dieses Jahr in Winnipeg, also im Mutterland des Eishockeys, stattfinden.**

A.W. Vor kurzem ist das zweite Training dieses Tages zu Ende gegangen. Gemütlich fassen die Spielerinnen im Restaurant des Nationalen Sportzentrums ihr Nachtessen. Nudeln, Gemüse und Fleisch sind das wohlverdiente Mahl. Danach folgt eine technische Besprechung und, wie es Headcoach René Kammerer nennt, «teambildende Aktivitäten», sprich Gesellschaftsspiele im Kollektivverband. Danach würde wohl in jedem normalen Trainingslager Bettruhe folgen – würde der Nationaltrainer nicht seinem Credo «aussergewöhnliche Resultate erfordern ausserordentliche Massnahmen» folgen. Das Kartenspiel dient nur zur Zeitüberbrückung - drittes Eistraining von 0.15 bis 1.15 Uhr!

## Eine Schnapsidee?

Eine Schnapsidee ohne irgendwelche Auswirkung auf die Physis der Spielerinnen, vor allem eine psychische Massnahme? Teamcoach René Kammerer ist von seiner Idee überzeugt. «Es gibt drei Gründe für dieses Training: Ein Signal zu setzen, dass nun die WM langsam richtig losgeht, dann deutlich zu machen, dass es Besonderes braucht, um international mithalten und schlussendlich wollen wir damit versuchen, einen bis zwei Tage Eingewöhnungszeit wegen der Zeitverschiebung zu gewinnen» sagt er. Dass ein einziges Eistraining zur mitternächtlichen Stunde dieses Ziel noch nicht erreichen lässt, ist auch ihm klar. Deshalb



**Das Reinacher Trio an der Frauen-Eishockey-WM: Die SC-Reinach-Spielerinnen Katrin Nabholz, Melanie Häfliger und Christine Meier kurz nach dem Mitternachtstraining in Huttwil (Bild: A.W.)**

würden die Akteurinnen angewiesen, in der darauffolgenden Nacht von Sonntag auf den Montag ebenfalls erst gegen zwei, drei Uhr zu Bett zu gehen und den Montag deshalb arbeitsfrei zu halten (am Dienstag erfolgte dann nämlich der Flug nach Kanada). Doch damit nicht genug. Es ist nicht die einzige, von der Norm abweichende Aktion, die der Betreuerstab aus dem Hut zauberte, um seine junge Truppe für das Spiel vom 3. April gegen Gastgeber Kanada, zu dem 15'000 Zuschauer ins MTS Centre pilgern werden, startklar zu machen. Für die Schweizerinnen, von denen die meisten eher die beschaulichen Verhältnisse in der heimischen Liga gewohnt sind, ist ein solches Publikum mehr als eine aussergewöhn-

liche Randerscheinung. Trainer Kammerer und seine Assistenten versuchten auch, per CD und Lautsprecher die Geräuschkulisse, die dannzumal in der ausverkauften Arena zu Winnipeg herrschen wird, während eines Trainings zu simulieren, denn orale Kommunikation auf dem Spielfeld wird in der gewohnten Form nicht mehr möglich sein. «Ich glaube schon, dass all diese Ideen etwas bringen werden, sie motivieren uns auch gleichzeitig» bestätigt Kathrin Nabholz vom SC Reinach, eine der Teamnovizinnen in der Landesauswahl, nach dem nahrhaften Abendessen, dass auch die «Betroffenen» einen Sinn in der ganzen, von aussen etwas fragwürdig anmutenden, Nachtaktion sehen.

## Koordinative Fähigkeiten

Die Nationalspielerinnen, etwas abseits des «Fussvolkes» sitzend, legen nun die Jasskarten zur Seite und begeben sich allmählich in Richtung Umkleidekabinen. Die Mädels haben den Abend überraschend gut über die Runden gebracht und machen einen aufgeräumten Eindruck. Um 0.10 Uhr betritt Trainer Kammerer das Eis und gibt auf den Kufen tüchtig Gas. Kurz darauf folgt auch schon ein Assistent und das Team. Irgendwelche Kraftübungen sind zur vorgerückten Stunde nun nicht mehr zu erwarten. Assistent Michael Fischer gibt lautstark Anweisungen, denn das Training ist durchdacht: Die verschiedenen Übungen zielen auf die koordinativen Fähigkeiten der Eisgenossinnen ab, sie müssen ihre Fertigkeiten am Puck unter Beweis stellen.

Das Passspiel wird ebenfalls geübt. Da! Eine erste Spielerin gähnt nicht ganz unauffällig – doch sie wird beinahe die Einzige bleiben in der einstündigen Trainingseinheit. Physiotherapeut Hans Feuz, der etwas müde erscheint und dies mit ein paar Sprüchen zu überspielen versucht, lehnt sich an die Bande. Er hat nur einen Einsatz in dieser

Nacht, als eine Spielerin vom Eis fährt, da sie Rückenschmerzen verspürt. Feuz holt Spray aus dem Koffer. Knapp eine Stunde hat die Trainingseinheit nun gedauert, mit einem Torschusswettbewerb findet sie ihren Abschluss um 01.15 Uhr.

Der Schlusspunkt ist dies dennoch noch lange nicht: Vom Eis wird es nicht direkt ins Bett gehen: Noch einmal ist Nahrungsaufnahme für die jungen Frauen angesagt, denn die auf dem Eis verloren gegangenen Kohlenhydrate sollen gleich wieder dem Körper ersetzt werden. Es wird einiges nach zwei Uhr sein – oder drei Uhr, da auch noch die Zeitumstellung in jener Nacht vonstatten geht -, wenn die jungen Spielerinnen sich zur Ruhe legen.