



Schweißtreibende 15 Kilometer für die Fitness: Kathrin Blacha auf dem Laufband mit Axel Dörrfuß (v.) und Stefan Mittag. F.: Hertlein

Blacha & Co.: 15 Kilometer auf dem Laufband

Club-Handballerinas beim Fitness-Test in der Altstadt

NÜRNBERG Kathrin Blacha kam ganz schön ins Schwitzen. Rund 15 Kilometer legte sie gestern, ausgestattet mit einer Atemmaske zwecks Messung des Sauerstoff- und CO₂-Austauschs, auf dem Laufband im „Contractrelax“-Sportinstitut von Axel Dörrfuß am Albrecht-Dürer-Platz zurück. Mit dabei beim Fitness-Check in der Altstadt auch Torfrau Sylvia Harlander und sieben weitere Club-Handballerinas.

Im Rahmen der rund einstündigen, so genannten „komplexen Leistungs-Diagnose“ wurden der körperliche Zustand, die aktuelle Muskelmasse und die Ausdauerwerte gemessen und ausgewertet. Club-Trainer

Herbert Müller schwört seit längerem auf die Untersuchungen von Dörrfuß und dessen Mitarbeitern Stefan Mittag (Diplom-Sporwissenschaftler) und Meike Scholler (Diplom-Sportlehrerin). Auch die Sellbytel Baskets nutzen deren Erkenntnisse für die Trainingsarbeit, ebenso Trainer Reiner Geyer vom Bayernliga-Spitzenreiter Greuther Fürth. Die SpVgg-Kicker werden am 12. Dezember wieder getestet.

Gestern schwitzten allerdings nur die Club-Handballerinas – sofern sie im Lande waren. Ania Rösler (sie ist beim Lehrgang der Nationalmannschaft), Stephanie Ofenböck und Kathrin Engel (mit der österreichischen Nationalmannschaft unterwegs) fehlten. EM-Vorbereitung – da dürfte auch reichlich Schweiß fließen.

M.H.