

### Trainingslager des Allgäu Team Sonthofen

Zur Vorbereitung auf die nächste Saison in der Volleyball-Bundesliga absolvierte das Allgäu Team Sonthofen Ihr 10-tägiges Trainingslager im Oberallgäu. Trainer Nikolaj Roppel hatte sich ein straffes und anstrengendes Programm für diese Woche zusammengestellt, um erfolgreich in die 2. Bundesliga zu starten. Grundlagenausdauer, Zusammenspiel, Techniktraining, aber auch Teambuilding-Maßnahmen standen auf dem Plan.

Begonnen hat die Trainingswoche bereits am 12. August mit einer Bergtour zum Kaufbeurer Haus auf 2.007 hm, einer Berghütte des Volleyball-Partners Deutscher Alpenverein (Sektion Allgäu-Immenstadt). Der 1000 Höhenmeter Aufstieg wurde bereits zur ersten schweißtreibenden Trainingseinheit. Bei der Übernachtung auf der Hütte, unterhalb der Bretterspitze (2608m) mit Blick auf den Hochvogel konnten einige Team-Mitglieder erstmals Erfahrungen im Kässpätzen kochen sammeln und die einzigartige Aussicht genießen.

Nach dem Abstieg am Samstagmorgen begann dann allerdings der Ernst des Trainingslagers in Form von ersten Einheiten in der Sporthalle. Bis zu dreimal pro Tag konnte die Woche über trainiert werden. Neben den Regenerationszeiten und gemeinsamen Ausflügen hatten die Damen des Allgäu Team Sonthofen am Mittwoch auch Zeit den Klettergarten in Bolsterlang der Firma Faszinatour zu besuchen. In den luftigen Höhen und bei sonnigem Wetter wurden Koordination, Teamgeist und Überwindung geschult, und auch der Spaß kam bei so was nicht zu kurz.



Trainer Nikolaj Roppel, der auch in dieser Saison das Vertrauen der Verantwortlichen erhielt, konnte zusammen mit dem Geschäftsführer Peter Rothe eine schlagkräftige Zweitligamannschaft zusammenstellen. Neben der bekannten Rückkehrerin Carina Steckkenleiter und den letztjährigen Stammspielerinnen Okasana Roppel und Sina Kostorz, konnten zahlreiche Verstärkungen verpflichtet werden.

Aus Tschechien kommen die beiden Neuzugänge Hana Vobrová (Zuspiel) und Veronika Vlášková (Aussenangriff), wobei letztere von der DJK Augsburg-Hochzoll kommt. Aus der letztjährigen Ausgburger Zweitligamannschaft stammen ausserdem Frauke Formazin (Libero) und Lisa Schnürer (Zuspiel). Von der TBS Saarbrücken wird Kerstin Schenke in Zukunft im Allgäu spielen und leben. Komplettiert werden die Neuzugänge von den beiden Eigengewächsen Tamara Zeller, die schon letztes Jahr im Erstligakader aufschlug und Franca Blanz, aus der erfolgreichen 2.Mannschaft des TSV Sonthofen. Als weiterer Neuzugang konnte ausserdem die Sonthoferin Eva Schilf gewonnen werden, zuletzt für Mauerstetten und als erfolgreiche Beachvolleyballerin im Einsatz.

„Ich denke wir haben eine ausgewogene und schlagkräftige Truppe für die anstehende Saison gefunden.“ so der Geschäftsführer der Spielbetriebs GmbH Peter Rothe.

Zu Beginn des Trainingslagers verkündeten die Verantwortlichen des Allgäu Team Sonthofen auch den zunächst letzten Neuzugang für die neue Saison. Lindsay St. John komplettiert den Kader 2011/2012. Die 26-jährige US-Amerikanerin lebt und arbeitet in Pfronten und verstärkt die Mannschaft als Universalangreiferin. Leider gab es auch schon die erste Negativmeldung zu verzeichnen: Veronika Vlášková fällt aufgrund einer schweren Rückenverletzung für die nächsten Wochen aus.

In den kommenden Wochen will Trainer Nikolaj Roppel weiter an der Feinabstimmung und den taktischen Zügen der Mannschaft arbeiten. Einige Testspiele und Vorbereitungsturniere in Erfurt und Planegg stehen dabei auf der Agenda. Die Saison beginnt am 17.September mit dem ersten Auswärtsspiel in Nürnberg. Erster Auftritt in der Allgäu-Sporthalle in Sonthofen wird am 8. Oktober gegen den VCO Dresden sein.

Mehr Infos zum Allgäu Team Sonthofen unter: [www.sonthofen-volleyball.de](http://www.sonthofen-volleyball.de)

<http://www.volleyball-bundesliga.de>  
erstellt am 25.08.2011