

Ankämpfen gegen den Zug der Maschine: Auf dem „Flight“ steigert Roosters-Stürmer Michael Wolf (li.) seine Schnellkraft, immer unter der Beobachtung vom Roosters-Athletiktrainer Thomas Kämmerling.

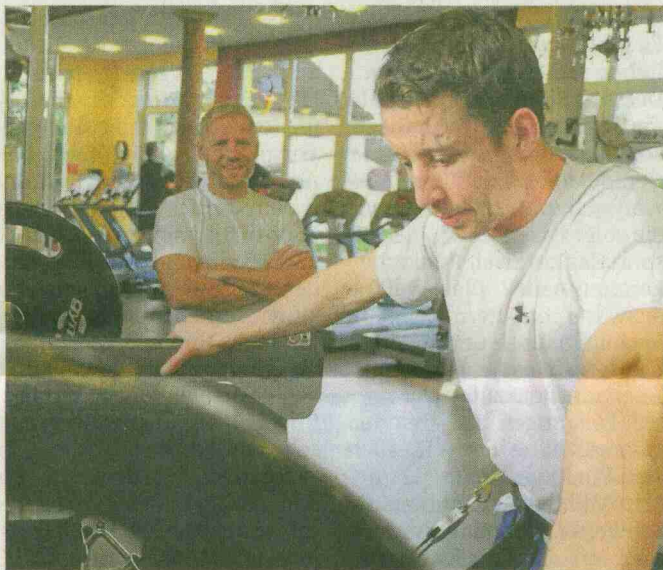
RN-Foto Paulitschke

# Der mit dem Wolf trainiert

Eishockey: Thomas Kämmerling macht Iserlohns Nationalstürmer fit für die WM

Beim Betrachten der Szenerie im Fitnessstudio Kämmerling wird man unweigerlich an den Filmtitel „Der mit dem Wolf tanzt“ erinnert.

Nur mit Tanzen hat das nicht allzu viel zu tun. Sondern vielmehr mit Training, richtig hartem Training. Denn Thomas Kämmerling kümmert sich nun schon während der laufenden Eishockeysaison um Michael Wolf, den Top-Stürmer der Iserlohn Roosters. Das Ziel: Fit sein für die olympischen Spiele im Februar in Vancouver und die Weltmeisterschaft im Mai im eigenen Land. Dazu unterzieht sich Wolf, der in der laufenden Saison bereits 14 Tore und 14 Vorlagen für die Iserlohn Roosters verbuchen konnte, einem speziellen Einzeltraining mit Thomas Kämmerling. Kämmerling, der seit 2008 als Athletiktrainer der Roosters fungiert, hat die bestehende Kooperation mit



Kurze Verschnaufpause für Michael Wolf zwischen den Kniebeugen.

RN-Foto Paulitschke

den Sauerländern erweitert und ist auch während der Saison momentan einmal pro Woche in Iserlohn vor Ort. Dort stehen spezielle Koordi-

nationsübungen auf dem Programm. Unabhängig davon vertraut Wolf zusätzlich dem fachmännischen Rat von Kämmerling. „Das Programm

ist sportartspezifisch und ganz individuell auf ihn abgestimmt. Bei ihm geht es primär um die Erhöhung der Schnellkraft und der Explosivität, damit wir noch ein oder zwei Hundertstel herauskitzeln können“, erklärt Kämmerling. 60 Minuten quält Wolf sich jeden Montag in der Ruhrstadt und ist danach „gebügelt, aber glücklich.“

Doch Wolf ist nicht der einzige Roosters-Spieler, der sich für die großen Turniere bei Kämmerling in Form bringen will. Der Däne Mads Christensen und der US-Amerikaner Jon Insana schieben ebenfalls Sonderschichten in Schwerte. Allerdings kommen sie kaum gemeinsam. „Sie erhalten alle eine individuelle Betreuung“, so Kämmerling. Begeistert über den geförderten Konkurrenzkampf ist Wolf nicht allzu sehr. „Aber es bleibt ja im selben Verein“, lacht Kämmerling. ■ BB