

Hoffentlich: Auf Wiedersehen!

DREIS-TIEFENBACH Siegerländer KV hofft auf Manrique Larduets Verfügbarkeit im Herbst

„Grundsätzlich ist es so, dass sowohl der Trainer als auch der Turner an einer weiteren Zusammenarbeit interessiert sind“, erklärt SKV-Vorstandsmitglied Horst-Walter Eckhardt.

sz ■ Was kann schöner sein als gegenseitige Sympathiebekundungen? Die Siegerländer Kunstturn-Freunde haben Manrique Larduet auf Anhieb in ihre Herzen geschlossen, und der 21-jährige Kubaner erwiderte die ihm zufliegende Zuneigung am Samstag, indem er mit seinen Händen ein Herz in Richtung der Zuschauer formte und sich höflich verneigte.

Auch beim 37:33-Sieg der Siegerländer Kunstturn-Vereinigung (SKV) in der 1. Bundesliga gegen die TG Saar war Manrique Larduet Bicet, wie er mit vollem Namen heißt, wieder der Mann des Abends. 37 Score-Punkte sammelte die stark und geschlossen auftretende SKV-Riege vor 520 Zuschauern in der neuen Giersberg-Sporthalle, knapp die Hälfte davon gingen auf das Konto von Larduet, der sich mit seinen 18 Zählern das Trikot des Top-Scorers von SKV-Präsident Reimund Spies abholen durfte – verbunden natürlich mit einer herzlichen Umarmung. Gegenseitige Sympathie eben. Auch, was die Anerkennung innerhalb der Mannschaft betrifft.

Genau diese Sympathie und dieser große Respekt vor- und füreinander sind es, die als Basis für eine weitere Zusammenarbeit dienen könnten. „Grundsätzlich ist es so, dass sowohl der Trainer als auch der Turner an einer weiteren Zusammenarbeit interessiert sind. Maßgeblich sind nicht die materiellen Bedingungen, es geht um die Abstimmung der Termine der Deutschen Turn-Liga mit dem kubanischen Verband und die Machbarkeit in dem engen internationalen Terminkalender“, erläuterte SKV-Vorstandsmitglied Horst-Walter Eckhardt im Gespräch mit der Siegener Zeitung.

„Die sehr gute Zusammenarbeit mit dem kubanischen Verband wollen wir auf jeden Fall fortsetzen“, ergänzte SKV-Präsident Reimund Spies. „Manrique und Carlos haben im Turnzentrum in Dreis-Tiefenbach optimale Trainingsbedingungen vorgefunden und haben sich insgesamt bei uns sehr wohl gefühlt – jetzt hoffen wir, dass Manrique gut durch den Sommer kommt und uns im Herbst für den zweiten Teil der Bundesliga-Saison gesund zur Verfügung steht“, so Spies.

Beeindruckt hat Manrique Larduet die SKV-Verantwortlichen auf vielfältige Art: „Er ist für sein Alter sehr fokussiert und gelassen, nicht nur im Wettkampf, sondern auch im Training. Er trainiert mit einem geringen zeitlichen Pensum (drei bis vier Stunden täglich), aber extrem konzentriert“, berichtet Eckhardt. Bei jedem Trai-



Ein ganz starkes Duo, das auf einer großen Vertrauensbasis überaus erfolgreich miteinander arbeitet: Der 21-jährige kubanische Weltklasse-Kunstturner Manrique Larduet (links) und sein Trainer Carlos Rafael Gil Hernandez.

Foto: Harry Rubner

ning trainiert der Kubaner an allen Geräten, immer nach einem vorgegebenen Programm. Wenn die Punkte seines Programmes abgearbeitet sind – meist nur wenige Versuche – wechselt er das Gerät.

Jeder Versuch wird von seinem Trainer aufgezeichnet und im Anschluss sofort von beiden ausgewertet und besprochen, bevor er den nächsten Versuch macht. Teile, die er gut beherrscht, übt er nur wenig, meistens beschäftigt er sich mit neu zu erlernenden Teilen. Dadurch kommt er mit dem für hiesige Maßstäbe geringen zeitlichen Pensum aus. Der relativ geringe Trainingsumfang führt auch zu einem geringeren körperlichen Verschleiß.

Larduet macht Krafttraining nur mit seinem eigenen Körper, ohne Gewichte oder Westen. „Auch das ist sehr gelenkschonend, weil er nie mehr Gewicht bewegt als seinen eigenen Körper“, merkt Eckhardt dazu an. Fast das gesamte Krafttraining ist auf Schnellkraft ausgelegt und wenig auf Haltekraft. Auch das Krafttraining geht nach einem vorher abgestimmten Plan, der fast immer gleich ist. Extrem „saubere“ Ausführung auch des Krafttrainings, mit hoher Körperspannung.

„Im Wettkampf benötigt er nur sehr wenig Aufwärmübungen. Eigentlich macht er nur Dehnübungen und ein minimales Aufwärmen. An den Geräten nur sehr wenig. Verfehlt er ein Teil mehrfach im Aufwärmen, ist sein Trainer sofort in der Lage, seine Übung entsprechend umzustellen.

Das erhöht die Sicherheit der Ausführungen deutlich. Er ist in der Lage, während der Übungen im Wettkampf diese auf Zuruf seines Trainers umzustellen, d.h. zu erleichtern oder zu erschweren. Das haben wir so in dieser Form vorher noch nie gesehen“, sagt Horst-Walter Eckhardt.

Ebenso berührt hat die SKV-Macher das Verhältnis Turner/Trainer: „Dieses ist aus unserer Sicht der eigentliche Schlüssel zum Erfolg der beiden. Es ist von absolutem Vertrauen, Zuneigung und Fürsorge in beide Richtungen geprägt, und nicht ein Lehrer/Schüler-Verhältnis oder ähnlich. Der Trainer kümmert sich um das kleinste Detail, und das Wohlbefinden seines Turners steht für ihn an erster Stelle, und nicht die gerade erbrachte Leistung“, zeigt sich Horst-Walter Eckhardt beeindruckt.

Auch Larduets Trainer Carlos Rafael Gil Hernandez hat binnen kürzester Zeit die höchste Wertschätzung des Siegerländer Bundesligisten gewonnen: „Es ist unerkennbar, woher der Trainer das enorme Know-How hat, vor allem bei der relativen Abgeschlossenheit des Landes international. Allerdings nehmen sie jede Gelegenheit war, zu lernen, und sie sind natürlich auch anderswo auf dem Schirm, werden eingeladen beispielsweise vom Japanischen Turnverband. Und das nicht nur aus turnbrüderlicher Verbundenheit, sondern weil diese Manrique als Gegner respektieren und ihn so gut wie möglich einschätzen wollen“, meint Eckhardt.