

WM-Vorbereitung in St. Moritz

30.07.2023 10:42 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

WM-Vorbereitung in St. Moritz



Zur Vorbereitung auf die Weltmeisterschaften in Ungarn (Budapest) hält sich der Dorstener Trainer Leo Monz-Dietz mit seinem Schützling Majtie Kolberg (LG Kreis Ahrweiler) in St. Moritz (1800 Meter) zu einem dreiwöchigen Höhentrainingslager auf.

Um wettkampfspezifische Trainingseinheiten unter wärmeren Bedingungen und ohne den in der Höhe eingeschränkten Sauerstoffgehalt zu absolvieren, werden ausgewählte Trainingseinheiten der 800-Meter-Spezialistin im 50 Kilometer entfernten Chiavenna (Italien) auf 300 Meter Meereshöhe durchgeführt. Nach dem Höhengaufenthalt wird Majtie Kolberg auch am 11. August beim „24-Stunden-Lauf“ anwesend sein. Das ist auch als kleines „Dankeschön“ dafür zu sehen, dass die LG Dorsten vor zwei Jahren zu Gunsten der Flutkatastrophe im Ahrtal einen Sponsorenlauf durchführte, der 6.000 Euro einbrachte. Die Organisatoren des „24-Stunden-Laufes“, Thomas Hein und Christian Sklenak, waren auch regelmäßig in Ahrweiler, um der betroffenen Region bei den Aufräumarbeiten zu helfen.

Foto oben rechts: Leo Monz-Dietz begleitet Majtie Kolberg

Text und Foto: Leichtathletik-Team Dorsten