

Tagebuch Trainingslager FC Einsiedeln 2011

Tag 1, Sonntag, 13.3.2011 José und Roberto Dominguez

Vollständig und in (fast) einheitlichem Tenue besammelten wir uns am Flughafen. Nach dem Check-in trafen wir am Kiosk Sepp Blatter. Live sieht er noch schlimmer aus als am TV... Danach waren wir noch im Burger King etwas Kleines essen.

Der Flug nach Malaga war sehr angenehm, wir freuten uns auf die Ankunft. Das Wetter dort war aber alles andere als gut...! Mit dem Car fuhren wir ins Hotel. Oder versuchten es zumindest: Irgendwie schaffte es der Chauffeur, viermal dieselbe Strecke hin- und zurückzufahren, bis er endlich die Einfahrt zum Hotel fand. Nach dem Check-in im Hotel gabs zuerst ein feines Nachtessen vom Buffet, bevor wir einen gemütlichen Abend im Hotel verbrachten.

Tag 2, Montag, 14.3.2011 Pascal Beier, Manuel Schönbächler

Nach reichhaltiger Verpflegung am Morgenbuffet machte sich die Mannschaft auf den Weg zum Trainingsgelände. Es war für alle ein freudiges Erlebnis wieder einmal echten Naturrasen unter den Füßen zu haben. Da es auf gut einsiedlerisch „hudelte“, war das Training zu einer „Wasserschlacht“ umbenannt worden. Die Teams gaben trotzdem ihr Bestes. Zur Pause des zweimal 20-minütigen Matches führte das „Team Flühmann“ durch Tore von Marty und Schönbächler 2:0. „Team Kälin“ hatte für die zweite Halbzeit noch einen Joker im Ärmel: Den überragenden Torhüter Röbi „Panter“ Ruoss. Gleich mehrere hochkarätige Chancen von Beier, Petkovic und Dominguez machte er zunichte. Auch im Penaltyschiessen war der „Panter“ wieder in seinem Element. Mit seiner enormen Präsenz und der Erfahrung von geschätzten 200 Jahren Fussball verwerteten nur gerade 4 von 11 Spielern des „Teams-Flühmann“. Eine bittere Niederlage in allen Belangen. Nach weiteren Regengüssen absolvierte das gesamte Team am Nachmittag das zweite Training. Laufschiule und Techniktraining waren die Schwerpunkte. Alle Spieler hatten Spass, besonders Beier und Marty, welche sich durch ihren hervorragenden Einsatz ein Mineral beim Trainer verdienten. Diesen störte das nicht gross, da er sich von einer anderen Gruppe diverse Getränke sicherte. Nach dem Abendessen gab es noch eine Motivationspritze vom Präsidenten in Form einer Ansprache. Am Abend genossen die meisten Spieler das aufregenden Bingo bei einem kühlen Blonden. Nach diesem anstrengenden Trainingstag suchten die meisten Spieler relativ früh die Betten auf und freuten sich auf den Dienstag und vor allem auf besseres Wetter.

Tag 3, Dienstag, 15.3.2011 Sven Huber, Jan Kälin

Nachdem der Start ins Trainingslager doch eher als verregnet bezeichnet werden musste zeigte sich das Wetter am dritten Tag ein bisschen gnädiger und es konnte zum ersten Mal die Sonnencreme hervorgeholt werden. Aber auch das bessere Wetter konnte die müden Beine aufgrund des Vortags nicht wegmachen und dementsprechend wurde das Morgentraining eine gemütliche Angelegenheit. Gemütlich sollte aber keinesfalls mit lockerem Ballgeschiebe verwechselt werden, sondern vielmehr wurde intensiv das taktische Verhalten in der Defensive thematisiert. Jeder weiss, dass die Offensive Spiele gewinnt jedoch die Defensive Meisterschaften erobert! Trotz Fokus auf die Taktik gab es leider doch noch eine Schrecksekunde für die ganze Mannschaft. Nach einem unglücklichen Zusammenprall

ging Dominik Blöchlinger zu Boden und eine extrem stark angeschwollene Backe war das Resultat. Glücklicherweise wurde zu einem späteren Zeitpunkt im Spital uns mitgeteilt, dass alle Knochen heil blieben. Es muss leider trotzdem davon ausgegangen werden, dass das Trainieren für Ihn diese Woche vorbei sein wird. Nachdem Mittagessen stand dann bei den meisten Spielern ein kleines Mittagsschläfchen an. Drei Trainings in 1 ½ Tagen hinterlassen auch bei noch so talentierten und durchtrainierten Amateurlkikern ihre Spuren.

Wer verliert wird gemobbt!

Ausgeschlafen und mit grossem Enthusiasmus wurde das Nachmittagstraining in Angriff genommen, denn der Auftakt zur offiziellen "Lager Champions League 2011" stand an. Drei Teams an je 6 Spieler spielten gegeneinander, wobei Röbi "Der Panther" Ruoss und sein Schützling Oliver Heinrich für alle Mannschaften die Tore hüteten. Preisgeld gibt es keines, jedoch kann der Stellenwert dieses Turniers nicht hoch genug eingeschätzt werden, da zu vermuten ist, dass die Verlierer-Gruppe für das Jahr 2011 Opfer zahlreicher Hänseleien wird (auch Vereinswechsel können nur bedingt Abhilfe schaffen).

Team Orange überragend aber unglücklich

Das Niveau war wenig überraschend sehr hoch, wobei vor allem das Orange Team um Stefan Flühmann (sowie den beiden Autoren) herausragte. Trotz dieser beeindruckenden Darbietung stand das Team Orange nach den beiden Auftaktspielen Punktlos (Torverhältnis 2:8) da. Nach Meinung der Autoren hing dies jedoch vor allem mit dem Laufpensum des Schiedsrichters zusammen (genoss im Gras liegend die Sonne). Da das Turnier jedoch noch lange dauert, ist Team Orange (Sieger der Herzen) zuversichtlich, dass es die Kehrtwende noch vollbringen kann.

Pandev macht Freude

Nachdem Abendessen stand dann noch das Champions-League-Spiel Bayern: Inter auf dem Programm. Die ganze Mannschaft schaute sich diesen Schlager an, in der Hoffnung dass man sich vielleicht noch das eine oder andere von Eto'o, Lahm usw. anschauen könnte. Selbstverständlich durfte dazu auch das obligate und vor allem wohlverdiente Bier nicht fehlen. Das Spiel erfüllte die Erwartungen und die Freude war so gross als Pandev in der 88. Minute das Aus der Bayern besiegelte, dass sich dann noch eine grössere Gruppe dazu entschlossen hatte, den Yachthafen von Marbella (Puerto Banús) ein bisschen zu erkunden und sich einen Schlummerdrink zu gönnen. Alles in allem ein sehr gelungener Tag.

Tag 4, Mittwoch, 16.3.2011 Oliver Distelbacher, Andre Zollinger

Nachdem wir den Vorabend frei gestalten konnten, haben die meisten Spieler den Morgen genutzt, um wieder einmal richtig auszuschlafen. Erster offizieller Termine war das gemeinsame Mittagessen um 12.30 Uhr.

Danach fuhren wir mit dem Car in die spanischen Hügel zum Paintball. Nachdem wir vom Inhaber der Anlage ausgiebig über die Regeln informiert wurden, gings auf in den Kampf. Wobei einige Kollegen das Wort „Regel“ nicht so ernst nahmen und nach unzähligen Treffern immer noch weiterspielten... Ob versteckt in einem verrosteten Kleinbus oder einfach im hohen Gras, niemand war sicher vor hinterhältigen Angriffen. Es herrschte Ausnahmezustand!

Man spürte, wie bei allen wieder „das Kind im Manne“ zum Vorschein kam. Natürlich behielten die

„Alten“, angeführt vom überragenden Scharfschützen MC Meier die Oberhand und brachten die spanische Flagge in sicheres Territorium. Das Feld war gesät mit tapferen, gefallenen Söldner, die aber alle wie durch ein Wunder um 17.00 Uhr wieder auferstanden sind.

Mit einigen blauen Flecken ging es dann zurück ins Mannschaftshotel. Der Abend verlief, in Anbetracht des Testspiels am folgenden Tag, sehr ruhig. Unsere 2 Spanier fieberten natürlich dem Champions-League Spiel Real-Lyon entgegen, das Real ja mit sehr viel Glück 3:0 für sich entscheiden konnte.

Erwähnenswert sind auch noch zwei junge Polinnen, die im Hotel anwesend waren, die aber für Studi und Co. wenig Interesse zeigten. Leider war Gotcha zu diesem Zeitpunkt unauffindbar....

Tag 5, Donnerstag, 17.3.2011 Stefan Ruhstaller, Patrick Studer

Der Donnerstag begann mit einem lockeren Morgentraining, da am Nachmittag noch ein Spiel gegen den FC Zollbrück auf dem Programm stand. Das Training bestand aus einigen Pass- und Technikübungen, welche von den Spielern mit hoher Konzentration absolviert wurden.

Nach dem Mittagessen zogen sich die Spieler zur Erholung in ihre Zimmer zurück. Als auch die letzten Beine wieder fit massiert waren, traf sich die Mannschaft zur Teambesprechung. Nach den letzten Anweisungen vom Trainerteam machte sich die Mannschaft auf den Weg zum Spiel, welches sicherlich als eines der Highlights des Trainingslagers galt. Zu einem Highlight wurde die Partie jedoch nicht. Nach einem sehr schwachen Spiel trennten sich der FC Einsiedeln und der FC Zollbrück 3:3 Unentschieden. Die Stimmung war dementsprechend gedämpft, die Lust auf das gemeinsame Abendessen und dem anschliessenden Ausgang war verflogen.

Kurz vor dem Abendessen stand noch eine kleine Teamsitzung auf dem Programm. Im Mittelpunkt der Sitzung stand das Spiel gegen den FC Zollbrück. Als alles geregelt war machte sich die Mannschaft auf den Weg in ein Steakhouse im nahegelegenen Puerto Banus. Das Abendessen bot eine willkommene Abwechslung und an den Tischen wurde noch lange diskutiert. Der Abend neigte sich dem Ende zu und alle Spieler waren noch vor Mitternacht in ihren Betten....mehr oder weniger....

Tag 6, Freitag, 18.3.2011 Rade Petkovic, Yves Auf der Mauer

Der Tag nach dem enttäuschenden Testspiel begann mit viel Sonnenschein und blauen Himmel. Die Morgentemperatur betrug ca. 17 Grad Celsius. Das Morgenprogramm beinhaltete ein leichtes Lauftraining sowie die Verabschiedung von unseren zwei Promi Gästen. Sir Colin und sein Manager Savas mussten aus beruflichen Gründen wieder in die Schweiz zurückkehren. So mussten wir ohne unsere Motivatoren auskommen. Nach dem Lauftraining wurden die Zimmer bezogen und bis zum Mittagessen stand Ruhezeit bevor. Schliesslich haben nicht alle das feine Fleisch des argentinischen Restaurants vom Vorabend, verdauen können☺. Die zweite Hälfte des Tages begann mit einem Mittagessen in dem viel Wasser getrunken wurde. 2 Stunden später brachen wir zum Fussballplatz auf. Es stand die 2. letzte Trainingseinheit hervor. Man merkte sehr gut dass die Mannschaft etwas müde war. Deshalb passten unsere Trainer die Einheit, den müden Beinen der Spieler an. So stand eine Abschlussübung sowie Spiele 6 gegen 6 auf dem Programm. Bei der Abschlussübung verletzte sich der junge Goalie Oli Heinrich am Handgelenk. Plötzlich stand Assistent Coach Christian Meier MC zwischen den Pfosten. MC erledigte seine Aufgabe glänzend.

Nach dem Training war das Relaxen in der Sauna sowie am Swimming Pool angesagt. Dies galt nicht für unseren Zauberfuss Kurt Marty. Kurt ging ins Fitness Studio und zeigte den einheimischen Gigolo Spaniern, wie man richtig Gewichte aufhebt und Bänke drückt. Diese staunten. Mit dabei im Fitness Studio war auch Rade Petkovic der neben seinen Rumpfübungen die Vorkommnisse für den heutigen Bericht notiert hat.

Wie Tage zuvor ging auch dieser sehr schnell zu Ende. Die paar verbleibende Stunden, bevor die Zimmerruhe auftrat, verbrachte die Mannschaft mit Jass -Karten und viel Humor.

Tag 7, Samstag, 19.3.2011 Kurt Marty, Jan-Eric Schnidrig

Am letzten Trainingstag des diesjährigen Trainingslagers stand zum Abschluss noch die alljährliche Olympiade an, in welcher sich die jungen mit den älteren Spielern in 8 verschiedenen Aufgaben massen. Die Aufgaben waren zum Beispiel ein Elfmeterschiessen oder einen Flugball von der Mittellinie ins Tor zu schiessen. In diesem Jahr siegte die jüngere Auswahl in überragender Manier mit insgesamt 5:2, dies nachdem sie bereits den Sieg mit einer 5:0 Führung früh in der Tasche hatten. Durch das klare Verdikt erübrigte sich die achte Aufgabe. Am Nachmittag konnten die Spieler selbst verfügen. Durch das wundervolle Wetter entschieden sich einige für ein bisschen Sonnenbaden und andere nützen die Zeit um die umliegende Umgebung zu begutachten, wie zum Beispiel das naheliegende Puerto Banus mit einem herrlichen Yachthafen und vielen Einkaufsmöglichkeiten. Am Abend stand noch ein gemeinsames Abendessen im Hotel auf dem Plan, nach welchem die Spieler dann individuell den Abend verbringen konnten, bevor es dann am nächsten Tag nach Hause ging.

Tag 8, Sonntag, 20.3.2011 Lars Schnidrig, Dominik Blöchlinger

Der letzte Tag unseres einwöchigen Trainingslagers in Estepona begann um 10.00 Uhr und somit ungewöhnlich spät mit dem letzten Frühstück im Hotel Atalaya Park, was die Nachtschwärmer des Vorabends sehr begrüßten. Nachdem dann alle ihre Sachen gepackt und aus dem Hotel ausgecheckt hatten, ging es um 11.30 Uhr mit dem Car zurück zum Flughafen Malaga. Die knapp einstündige Fahrt nutzten einige, um das in der letzten Nacht eingefangene Schlafmanko zu bekämpfen. Am Flughafen angekommen, mussten wir erst warten, da der Check-In Schalter noch nicht geöffnet war. Anschliessend begab man sich durch die Sicherheitskontrolle und verbrachte die restliche Zeit bis zum Abflug um 15.00 Uhr mit Duty-Free Käufen und Fast-Food Verpflegung. Nach einem rund zweieinhalb stündigen und sehr angenehmen Flug trafen wir kurz vor 18.00 Uhr in Zürich ein. Als das Gepäck dann kurz später an der Gepäckaushabe eintraf, verabschiedeten sich alle von der ganzen Reisegruppe und machten sich auf die individuelle Heimreise.