

Intensives Trainingslager

Liebe Grafinger Volleyballfamilie,

ein intensives Wochenende liegt hinter dem Bundesligateam und die finale Saisonvorbereitung ist eingeläutet. Beim Trainingslager in Mittersill erlebten die Spieler gute Tage mit viel Input. Durch die Anwesenheit und Unterstützung von zwei Experten lernten die Spieler viel dazu. Mentaltrainerin Annette Reiners coachte das Team unter anderem in Sachen Zielfindung, Visualisierung des nächsten Ballwechsels und Optimierung des Auswärtsspieltages. In Gesprächen und Teamaktionen wurde außerdem die mentale Stärke und der Teamzusammenhalt nochmals verbessert. Im nächsten Jahr wird unser Spiel für den Gegner nochmal schwerer zu lesen sein. Patrick Steuerwald, Nationalzuspieler und einer der besten seines Faches, hat sich sehr gut in das Training eingebracht. Die Zuspieltechnik wurde verbessert und das gesamte Spielverständnis auf ein neues Level gehoben. Trainer Alex Hezareh hat mit den Spielern konsequent trainiert und unterschiedlichste Baustellen bearbeitet. Insgesamt war das Trainingslager ein voller Erfolg und alle Beteiligten freuen sich auf die Endphase der Vorbereitung. Neben dem üblichen Training wird der Wettkampf häufig simuliert. Gestern war Konsti Schmid mit seinem neuen Team, dem Drittligisten TSV Deggendorf zu Gast, dieses Wochenende steht ein Testspiel gegen den SV Schwaig an und kommendes Wochenende ist man beim Sport-Nanka-Cup in Dachau zu Gast.

Wir wünschen euch ein schönes Wochenende und freuen uns auf die Saison!

FIGHTING BAYRISCH

Falls Ihr den Newsletter nicht mehr erhalten wollt, bitte [hier](#) abbestellen. Danke.