

SVM-Turnerin Schönbeck mit deutlicher Leistungssteigerung bei DM

Höchst zufrieden mit Ihren Leistungen und dem 13 Platz bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften kehrte Nancy Maria Schönbeck vom SV 1860 Minden aus Essen zurück.

Ihr außergewöhnlicher Trainingsfleiß und die professionelle Betreuung durch das Trainerteam Frank und Marion Eigenrauch sorgten für deutliche Leistungssteigerungen an allen Geräten. Insbesondere am Sprung führte die Umstellung der Armführung vom ineffizienten Armzug zum „Stellen“ der Arme zu einem deutlich verbesserten Abdruckverhalten auf dem Sprungtisch. „ Das Stellen der Arme ist aus dem Trampolinturnen bekannt und wird bereits seit Jahren im Spitzenbereich der Turnerinnen am Sprung eingesetzt“, so Trainer Frank Eigenrauch. „ Es vereinfacht die notwendige Drehbewegung des Körpers nach dem Absprung enorm. Den Armzug benutzen wir nur noch im Anfängerbereich um die schnelle Körperstreckung zu erlernen.“

Nancy erreichte so erstmals nach langen Jahren wieder eine konkurrenzfähige Wertung von über 11 Punkten auf einer Meisterschaft.

Auch am Barren und Balken, für die hauptsächlich Marion Eigenrauch als Trainerin verantwortlich ist, konnten durch viele kleine aber hart erarbeitete Technikkorrekturen neue Höchstwertungen erreicht werden. Mit weit über 12 Punkten am Barren und sogar über 13 Punkten am Balken belohnte sich Nancy für die intensive Vorbereitungsarbeit.

Am Boden hingegen traf Nancy auf eine steinharte Gerätekonstruktion, die bereits einige Turnerinnen bei der Akrobatik zu Fall gebracht hatte. Insbesondere fürchtete sie um ihren Salto vorwärts, den sie gerade erst vor wenigen Wochen stabilisieren konnte.

Ihr Trainer Frank Eigenrauch entschied daher den Fokus in der Einturnzeit ausschließlich auf die Akrobatik zu legen. „Ungenauigkeiten in den gymnastischen Elementen kosten zwar ein paar Zehntelpunkte, ein Sturz bei der Akrobatik jedoch über einen Punkt. Eine Platzierung unter den ersten zwanzig wäre damit unmöglich“, erklärte Trainer Frank Eigenrauch.

Als erfahrene Turnerin war Schönbeck dennoch in der Lage auch die gymnastischen Elemente nahezu fehlerfrei zu zeigen.

Am Ende konnte Sie zwar nicht ihr volles Potenzial ausschöpfen, blieb jedoch ohne Sturz und erreichte noch eine passable Wertung über 11 Punkte.

Der schließlich erreichte 13. Platz bedeutete in dieser hochkarätigen Konkurrenz, an der auch ehemalige Nationalturnerinnen teilnahmen, einen grandiosen Erfolg und die Bestätigung, dass sich harte Arbeit mit individueller Betreuung durch gut ausgebildete Fachleute immer auszahlt.

Als ausgebildete Physiotherapeutin hat Schönbeck hierzu eine klare Meinung:“ Ich kann nur jedem raten die tatsächlich hervorragenden Strukturen in den Mindener Vereinen zu nutzen und genau zu prüfen. Egal für welche Sportart und Leistungshöhe man sich entscheidet oder geeignet ist, ist es immens wichtig individuell und fachkundig betreut zu werden. Nicht jeder kann oder muss Spitzensportler werden aber gut und gesund geht immer.

Auf den Fotos:

Bild 1: Nancy am Barren

Bild 2: Nancy am Boden