

Trial-Lehrgang mit Rick Koekoek

Rad-Trial: 13 Trial-Fahrer verbringen ein Trainingswochenende in den Niederlanden

STADTLOHN. Sechs Sportler des Trial-Clubs Stadtlohn haben zusammen mit sieben Trialern aus befreundeten Vereinen an einem Trainingslager in den Niederlanden teilgenommen. Auf zwei unterschiedlichen Trialgeländen zeigte der Drittplatzierte bei den UCI-Weltmeisterschaften, Rick Koekoek, den Teilnehmern interessante Trainingsmöglichkeiten. Auf dem Programm stand das Erlernen und Festigen von grundlegen-



Die Trialer lernten viel in den Niederlanden.

MLZ-Foto

den Basics, das Trainieren verschiedener Techniken. Zum Abschluss konnten die Sportler das Erlernte im Wettkampf erproben.

Koekoek ging auf jeden einzelnen Trialer und seinem individuellen Leistungsniveau ein, so dass die Radsportler alle an ihre körperlichen Grenzen kamen. Die Teilnehmer waren zum Abschluss sehr zufrieden und konnten viele neue Trainingsansätze mit nach Hause nehmen.