



Neue Studie!

So schlapp ist die Bundesliga

Es ist das heißeste Thema der Bundesliga – die Fitness der Nationalspieler. Die Tests, die Jürgen Klinsmann vorm Türkei-Länderspiel in Hamburg durchführen ließ, brachten zum Teil bestürzende Ergebnisse. Laut Bundestrainer sind einige Spieler nur bis zu 60 Prozent fit.

BILD befragte jetzt einen Experten zum Leistungsstand der Bundesliga – den Sportwissenschaftler Pedro Gonzalez (35) von der Uni Hamburg. Er besuchte 15 von 18 Erstliga-Klubs, wird seine Studie als Doktorarbeit einreichen.

Lobend erwähnt werden der HSV („Gut aufgestellt in Sachen Konditionsarbeit“) und Schalke. Seit sieben Jahren wird dort zu festen Zeiten an der Fitness gefeilt. Danach muß sich das übrige Training richten.

Fußball-Magazin



Fußball-News
aus aller Welt

Leider nur Einzelfälle! Die Erkenntnisse von Gonzalez über die Fitness-Arbeit der Profis sind niederschmetternd:

„Teilweise herrschen mittelalterliche Zustände. Nicht nur, daß viele Krafräume zu klein sind, auch die Gerätschaften sind überaltert. Im Schnitt stehen 24 Spielern ein bis zwei Laufbänder zur Verfügung. Es gibt einen Bundesligisten, der hat acht Pulsuhren. Acht für 24 Spieler! Unglaublich!“

Weitere Kritikpunkte: Im Gegensatz zum Ausdauer-Training, das bei allen Vereinen gut funktioniert, findet im Bereich der Sprint-, Kraft- und Sprungkraft-Übungen nur selten Einzeltraining statt. 57 Prozent der Klubs machen keine Krafttests, 40 Prozent haben keinen Konditionstrainer. Leistungskontrollen gibt's oftmals nicht.

Gonzalez: „Ein Verein macht nur einen Laktatstest im Jahr. Das bringt ähnlich viel, wie wenn ich einmal im Jahr aufs Bankkonto schaue, um festzustellen, ob ich im Plus oder Minus bin.“

Als Vorbilder für unseren Profi-Fußball betrachtet Gonzalez die amerikanischen Teams im Eishockey und Basketball: „Die leisten sich bis zu fünf Konditions-Trainer – jeder für einen Fachbereich. Da gibt es insgesamt 16 oder 17 Möglichkeiten, wie ich Spieler besser machen kann. Gerade in der Leistungsspitze kann ich durch intensive Betreuung die entscheidenden Prozente zum Sieg rauskitzeln!“

Und bei der WM 2006 kommt es bestimmt auf jedes Prozent an...

* Bild oben: Pedro Gonzalez (r.) beim Fitness-Test mit dem Hamburger Eishockey-Spieler Mike Stevens auf dem Fahrrad-Ergometer

Hintergründe



**Klinsi gegen
Bundesliga: Nur
Magaths Spieler
sind richtig fit**