Intensives Trainingslager: Holstein Women stärken Teamgeist in Berlin

Intensives Kurztrainingslager der Holstein Women in Berlin: Ein spannendes Wochenende mit Trainingseinheiten, Teamworkshops und einem Testspiel gegen Hertha BSC.

In der Welt des Fußballs sind Trainingslager ein wesentlicher Bestandteil der Vorbereitung auf die anstehende Saison. Ein solches intensives Kurztrainingslager erlebten die Holstein Women am vergangenen Wochenende in Berlin. Diese spezielle Veranstaltung, die von Freitag bis Sonntag dauerte, hatte nicht nur sportliche Ziele, sondern förderte auch den Teamgeist und die Integration neuer Spielerinnen.

Intensives Training und Teamwork in Berlin

Am Freitag reisten die Holstein Women nach Berlin, wo sie im modernen Trainingszentrum Oberspree ihre ersten Trainingseinheiten absolvierten. Diese fand in Kooperation mit der U23 der Union Berlin statt, was den Kielerinnen die

Möglichkeit gab, sich mit einer talentierten jungen Mannschaft auszutauschen. Cheftrainer Marcello Semonella betonte, wie wichtig solche gemeinsamen Trainingsmöglichkeiten sind, um die Teamdynamik und das individuelle Können weiterzuentwickeln. Spielerin Aryanna Naward äußerte sich positiv über die Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen und Erfahrungen auszutauschen.

Ergebnisse der Trainingseinheiten und Teambuilding

Die Trainings jeden Tag danach verfolgten verschiedene Schwerpunkte. Am Samstag konzentrierte sich die Mannschaft auf Offensivabläufe und Standardsituationen, gepaart mit intensiven Diskussionen über taktische Konzepte. Semonella lobte die Einsatzbereitschaft seines Teams, auch in Anbetracht der hohen Anforderungen. Abends wurde ein Teamworkshop durchgeführt, bei dem die Werte und Ziele der Saison diskutiert wurden. Dies erleichterte nicht nur das Kennenlernen unter den Spielerinnen, sondern stärkte auch den Gemeinschaftsgeist innerhalb der Mannschaft.

Testspiel gegen Hertha BSC

Der Abschluss des Wochenendes bildete ein Testspiel gegen die Frauenmannschaft von Hertha BSC. Trotz eines guten Starts in die Partie gerieten die Holstein Women schnell unter Druck. Hertha BSC dominierte und erzielte mehrere Tore, doch die Kielerinnen zeigten sich kämpferisch und erzielten mit einem Treffer von Kira Hasse den Anschlusstreffer. Aryanna Naward gelang es, einen Elfmeter erfolgreich zu verwandeln und somit den Gleichstand herzustellen. Letztlich mussten sich die Holstein Women jedoch mit 2:7 geschlagen geben, was Semonella als wertvolle Lernerfahrung abstempelte.

Bedeutung der Vorbereitung für die kommende Saison

Diese Trainingseinheit und das Testspiel haben den Spielerinnen wichtige Erkenntnisse geliefert, wie etwa die Notwendigkeit, die Kommunikation auf dem Platz zu verbessern und die körperliche Fitness zu steigern. Trotz der Niederlage war die Perspektive positiv, da die Trainer und Spielerinnen die Fortschritte und Entwicklungsmöglichkeiten erkannten. Die Holstein Women blicken optimistisch auf die bevorstehenden Herausforderungen, mit einem nächsten Testspiel am Sonntag gegen den SV Frisia 03 Lindholm. Die Erfahrungen aus dem Wochenende werden sicher helfen, die Integration neuer Spielerinnen zu fördern und die Teamleistung in der neuen Saison zu steigern.

Fotos von diesem Trainingslager wurden von Philipp Burmann zur Verfügung gestellt.

NAG

Details

Besuchen Sie uns auf: mein-berlin.net