

Warum Polster seine Admiraner mit Augenklappen trainieren lässt

Toni und die Einäugigen

In der letzten Saison waren Admiras Spieler oft so blind, dass sie immer tiefer in den Abstiegssumpf marschierten – heuer versuchen sie sich als Einäugige! Zumindest im Training. Kiebitze staunten beim Camp in Grein jedenfalls, als Toni Polster seine

Schützlinge mit Augenklappen trainieren ließ. Quasi ein neuer Impuls.

Life Kinetik nennt sich das Programm, mit dem Polster und sein dafür zuständiger Spezialcoach Michael Schwind bereits beim LASK und der Wiener Viktoria gute Erfahrungen

machten. Dortmunds Trainer Jürgen Klopp arbeitet seit vier Jahren damit, auch bei den österreichischen Klubs ist das neuromotorische Training zunehmend im Vormarsch. Kernpunkt: Jeder Mensch hat ein dominantes Auge, das schwächere wird abgedeckt, dadurch entsteht eine Verknüpfung der beiden Gehirnhälften.

„Räumliche Wahrnehmung und Handlungsschnelligkeit werden verbessert“, erklärt Polster.

Für Toni freilich „nur ein Detail, aber keine Garantie, dass wir wie angestrebt 15 Punkte mehr machen als im Vorjahr“. Wären 50, die zuletzt für Platz vier gereicht hätten. Klappt aber nur, wenn die Augenklappen an Spieltagen daheimbleiben...

Hannes Steiner



Foto: Admiras

Einäugig: die Spieler Christoph Schösswendter (li.) und Bernhard Schachner mit Toni Polster und Spezialtrainer Michael Schwind.