

## **Nat. Barmstedt-Cup - beim Barmstedter MTV von 1864 am Sa, 09.02.2019**

### **Licht und Schatten**

**D**er Barmstedt-Cup ist toll organisiert und angenehm durchgeführt, es gab sogar eine Tombola für alle. Leider liegt der Wettkampf am Ende der Berliner Winterferien. Dadurch konnten nur 3 TuSLi-Trampoliner teilnehmen. Lisa, Livia und Pavlos wurden von Roland (Lisas Vater) im Auto dorthin gebracht. Dafür brach Roland extra seinen Urlaub ab und kam vorzeitig am Freitag nach Berlin. Das nenne ich Einsatz! Nach 5 Stunden Fahrt (so lange wegen Staus in Berlin und auf der Autobahn) kam der Trupp am Freitagabend an, um 23 Uhr war dann Nachtruhe in der Schlaf-Halle.

**B**ereits um 6:30 Uhr gab es am Samstag Frühstück, danach ordentliches Warm Up und die Möglichkeit, noch ein wenig zu üben in einer anderen Halle. Zwischendurch noch 25 min Rumpfraining, um die Spannung in der Körpermitte besser halten zu können. Wir haben die meiste Zeit mit den Rudower Trampolinern verbracht und uns auch gegenseitig unterstützt mit Matte schieben und Sicherheitsstellung am Trampolin. Der Trainingseifer war so groß, dass Roland unsere Springer zum Finale ihrer Gruppe aus der Trainingshalle holen musste. Am Abend nach dem Wettkampf haben alle um 19:30 Uhr gemeinsam zu Abend gegessen, und anschließend durften die Aktiven alle (mit Erlaubnis der Barmstädter) noch 2 Trampoline in der Trainingshalle aufbauen, um dort zum Spaß zu springen. Lisa und Livia haben dort nochmal richtig trainiert, so dass sie am nächsten Tag Muskelkater hatten.

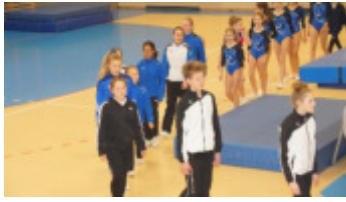
**L**ivia ist in ihrer W11-Pflicht gut bis zum gestreckten Salto in der Übungsmitte gekommen. Den landete sie aber schräg, wodurch der nachfolgende gehockte Salto weit nach hinten auf die Sicherheitsmatte flog: Abbruch! Die Enttäuschung war groß, zumal das Finale nun unerreichbar war. Die Kürübung klappte deutlich besser, aber das war nur ein schwacher Trost.

**B**ei Lisa lief es genau anders herum: Ihr gelang eine tolle W13-Pflicht, in der auch der ungeliebte Schraubensalto einwandfrei klappte. Die im Training begonnene schwierige Kür mit Fliffis und Doppelsalto traute sich Lisa noch nicht zu, was sie vielleicht ein wenig verunsicherte. Sie kam zwar ohne Fehler durch die Übung, aber für ihr Können zu wackelig und mit keiner guten Haltung.

**P**avlos hat genau wie Lisa in seiner W13-Pflicht geblüht und ist sie richtig gut gesprungen, wenn man seinen Trainingsrückstand bedenkt. In beiden Kürübungen ist Pavlos dann „auf Angriff“ gesprungen mit Fliffis und Doppelsalto am Beginn. Aber da hat er sich leider ein wenig überschätzt: In der 1. Kür ging nach stark „gewandertem“ Barani der letzte Sprung auf die Matte, also 9 gewertete Teile, und in der Final-Kür konnte Pavlos schon nach dem „Wander-Barani“ nicht mehr weiterspringen.

**A**m Sonntag war um 7:30 Uhr die Nacht zu Ende, um 8:15 Uhr gab es Frühstück. Um 9:30 Uhr ging es zurück nach Berlin, wo der Trupp nach 3,5 Stunden Fahrt eintraf.

Bernd-Dieter Bernt



Einmarsch von Livia und Lisa



Livia und Lisa bei der Begrüßung



Pavlos bei der Begrüßung



Warten auf den Einsatz



Entspannung im Schlafrum



Lisa und Livia „on their way“



Pavlos (3. Platz)



TuSLi-Team mit Betreuer Roland



die TuSLi-Trampoliner-Truppe

Fotos: R. Schlauch