



1. Herren Fortuna Sachsenross Hannover

Fußball bei Fortuna - spannende Spiele erleben

Home • Artikel • Informationen • Unsere Partner • Archiv • Sonstiges • Impressum • anmelden • registrieren

Artikel

[Übersicht](#) | [Archiv](#) | [Suche](#)

2011
Feb
2011

26. Februar 2011: Spezifisches Training mit Dipl. Sportwissenschaftler Carsten Dick

Erstellt von host am Sonntag, 27. Februar 2011 um 08:39 Uhr.
145 mal angesehen. [0 Kommentar\(e\)](#). Kategorie: [Aktuell](#)



Am Samstag, den 26. Februar 2011 stand für unsere 1.Herren ein spezifisches Training mit Dipl. Sportwissenschaftler **Carsten Dick (Bild)** in der Sahlkamphalle auf dem Programm. Trainer **Stefan Gehrke** hatte diese zusätzliche Einheit angesetzt, weil das Team am Wochenende ohne Pflichtspiel ist.

In einem einstündigen Trainingsprogramm mussten die Spieler mit Zuggurten, Intervalltraining und Koordinationsleiter vielfältige Aufgaben erfüllen. Desweiteren wurde der Laufstil der einzelnen Spieler analysiert und ein Belastungstest absolviert. Weitere Informationen über die Trainingsmethoden und Programme erhalten Sie unter www.leistungssport.com.

Ein paar Bilder vom Training:



Gefällt mir Registrieren, um sehen zu können, was deinen Freunden gefällt.

Kommentare

Es gibt noch keine Kommentare.

Kommentar schreiben

Nur registrierte Benutzer können Kommentare schreiben.

Artikelsuche

Suchen

Artikel nach Kategorien

- [Aktuell \(6\)](#)
- [Vorbereichte \(13\)](#)
- [Spielberichte \(29\)](#)
- [Pokal \(1\)](#)
- [Vorbereitung \(2\)](#)

Artikel nach Monaten

- [Mai 2011 \(3\)](#)
- [April 2011 \(9\)](#)
- [März 2011 \(6\)](#)
- [Februar 2011 \(3\)](#)
- [Januar 2011 \(4\)](#)
- [November 2010 \(4\)](#)
- [Oktober 2010 \(6\)](#)
- [September 2010 \(6\)](#)
- [August 2010 \(6\)](#)
- [Juli 2010 \(4\)](#)

Unsere Premium Partner



Nächstes Spiel

Serverfehler

404 - Datei oder Verzeichnis wurde nicht gefunden.

Die gesuchte Ressource wurde möglicherweise entfernt oder umbenannt, oder sie steht vorübergehend nicht zur Verfügung.

Tabelle Landesliga Hannover

Serverfehler

404 - Datei oder Verzeichnis wurde nicht gefunden.

Die gesuchte Ressource wurde möglicherweise entfernt oder umbenannt, oder sie steht vorübergehend nicht zur Verfügung.

Der Verein TSV Fortuna Sachsenross Hannover hat eine mittlerweile fast 120-jährige Tradition und umfasst derzeit ca. 600 Mitglieder in den Abteilungen Fußball und Pétanque. Neben der 1. Herrenmannschaft nehmen fünf weitere Herrenmannschaften, sowie insgesamt 16 Juniorenmannschaften am Spielbetrieb an der Hebbelstraße teil.

Navigation

[Der Verein](#)

[2. Herren](#)

[3. Herren](#)

[Artikel](#)

[Impressum](#)

Informationen

[Das Team](#)

[Der Kader](#)

[Statistik](#)

[Unsere Gegner](#)

[Termine](#)

Historie

[Stadionhefte](#)

[Chronik](#)

[Saison 2009/2010](#)

[Saison 2008/2009](#)

[Saison 2007/2008](#)

Externe Links

[Hannover Fußball-Forum](#)

[Hannover Steilpass](#)

[Fußball-Ergebnisse](#)

[NFV](#)

[NFV Bezirk Hannover](#)

[NFV Kreis Hannover](#)

[Nutzungsbedingungen](#) | [Datenschutzerklärung](#)
Copyright 2005-2011 Fortuna Sachsenross Hannover

Designed by [Andreas Flohr](#).