



Wie fit sind eigentlich Eishockeyprofis?

leistungsdiagnostik.de testet die Fishtown Pinguins

Dormagen, 03.08.2009 – Am vergangenen Wochenende waren die Diagnostik-Profis Martin Kusch und Konrad Lange von *leistungsdiagnostik.de* unterwegs im hohen Norden, um die Fishtown Pinguins einem gründlichen Ausdauerleistungs-Check zu unterziehen. Die Leistungsdiagnostiker aus Dormagen arbeiten seit 2008 mit dem Eishockey-Zweitligisten aus Bremerhaven zusammen.

Insgesamt 20 Eishockey-Profis unterzogen sich am Samstag und Sonntag im Bremerhavener Fitness-Studio proAktiv einer Eingangsuntersuchung, bevor sie sich in den kommenden Wochen intensiv auf die Saison vorbereiten. Dabei greift *leistungsdiagnostik.de* auf eine der modernsten Methoden in der Ausdauerleistungsdiagnostik zurück. Anhand eines standardisierten Testprotokolls, bei dem mit einer Spiroergometrie (Atemgasanalyse) der Energiestoffwechsel gemessen wird, kann das Training später individuell an das Leistungsvermögen der Spieler angepasst werden.

Auch die Laufbänder des Fitness-Studios mussten bei den Fitness-Tests zeigen was sie können. Wenn 95 Kilogramm pure Kraft mit einer Geschwindigkeit von 22 km/h über die Lauffläche spurten, werden die Studiolaufbänder schon einmal an ihre Grenzen gebracht.

„Es ist wirklich beeindruckend, wenn die Jungs das Material hier an die Belastungsgrenze bringen“, staunt Chefdiagnostiker Martin Kusch. „Für so einen knallharten Sport wie Eishockey müssen die Spieler natürlich ein bisschen Masse mitbringen. Auf den ersten Blick brauchen sich die Spieler auch was ihre Fitness angeht nicht zu verstecken.“

In den kommenden Tagen werden die Daten der Fitness-Tests durch das Team von *leistungsdiagnostik.de* präzise ausgewertet und für Coach Gunnar Leidborg aufbereitet. Dann steht einer erfolgreichen Vorbereitung auf die Saison 2009/2010 nichts mehr im Weg.