

Friedrichsfehn messen sich mit Messi und Co.

DIGITALES – Sportstation soll Trainingsarbeit erleichtern – Level-Ups sorgen für Motivation



VON DER SPORTSTATION BEGEISTERT: DIE E-JUNIoren DER SG FRIEDRICHSFEHN/PETERSFEHN UND IHR TRAINER NILS RADDATZ (RECHTS). WOLFGANG ALEXANDER PAES (LINKS) HAT DAS GERÄT ENTWICKELT. BILD: LARS PUCHLER

Lars Puchler

FRIEDRICHSFEHN. (LP) Ein kleiner weißer Kasten soll beim SV Friedrichsfehn zukünftig die Trainingsarbeit erleichtern. Die Sportstation soll Gaming und Sport weiter verknüpfen und damit für Langzeitmotivation bei den Sportlern sorgen.

Training verbessern

Die Sportstation bietet 60 verschiedene Programme, mit denen die Trainingsarbeit in den verschiedenen Sportarten verbessert werden kann. So gibt es für Fußballer, Handballer, Basketballer oder Leichtathleten verschiedene Übungen und Videos, um das Training aufzupeppen. „Dabei sind die Übungen dann in Kategorien wie Koordination, Ausdauer oder Schnelligkeit unterteilt“, erklärt Wolfgang Alexander Paes, der Erfinder der Sportstation. Die Vorführvideos, die zeigen, wie die Übung richtig gemacht wird, wurden mit Profi-Sportlern aufgenommen.

Der besondere Anreiz: Jeder Sportler bekommt ein eigenes Profil und kann sich über einen Chip in einem Armband bei der Sportstation einloggen. Für das erfolgreiche Absolvieren einer Übung gibt es Erfahrungspunkte. Werden genug davon gesammelt, erreicht der Sportler ein Level-Up – und schaltet damit neue Übungen frei. „Gamification“ nennt Paes diesen Prozess: „Jugendliche kennen diesen Vorgang aus Videospielen. Sie werden mit jeder Übung immer besser, steigern sich – und das motiviert.“ Ihre eigenen Werte und Statistiken können die Sportler dann mit den Online-Bestenlisten vergleichen. Dort sind unter anderem auch die Zeiten und Werte von Profis wie Lionel Messi und Jamal Musiala für die einzelnen Übungen hinterlegt.

Reaktion und Dribbeln

Die E-Junioren-Fußballer der SG Friedrichsfehn/Petersfehn können bei ihrem ersten Training von der Sportstation nicht genug bekommen. Bei einem Reaktionstest müssen sie nach einem Piepton möglichst schnell links oder rechts an der Sportstation vorbeilaufen, bei einer Dribbelübung gibt es einen Zweikampf um die beste Zeit. Trainer Nils Raddatz kommt kaum hinterher, um die Level-Ups bei seinen Spielern freizuschalten.

In Kontakt mit der Sportstation ist der SV Friedrichsfehn über die „FerienFußballSchule“ im April gekommen. „Dort wurde die Sportstation schon genutzt, und wir fanden das Konzept interessant“, sagt Raddatz, der auch der 2. Vorsitzende des Vereins ist.

Die beiden nun angeschafften Stations im Wert von 10 000 Euro wurden komplett über Sponsoren finanziert. „Wir wollen die Geräte jetzt in den verschiedenen Sparten bei uns im Verein ausprobieren. Generell sind die Geräte für jeden bei uns im Verein nutzbar“, sagt Raddatz.