

Guter Saisonauftakt des VBC STEIN 1

Gut aufgebaut aus dem Trainingslager zurück darf das 3. Liga Damenteam des VBC Stein bereits seine beiden ersten Siege feiern.

Das regnerischste Wochenende im September haben die Damen der 3. Liga in den Sporthallen von Sumiswald verbracht und nochmals an Technik, Kraft und Taktik gearbeitet. Geplant waren 6 Stunden Training pro Tag. Der Muskelkater machte sich bei den meisten schon nach der ersten Kraftsession bemerkbar. Nach zwei Nächten leichten und kurzen Schlafes in der Massenlager-Unterkunft schwand dann die Leistungsfähigkeit kontinuierlich. Zum Glück zeigte der Coach dann doch noch etwas Erbarmen und kürzte die letzte Trainingseinheit auf zwei Stunden.

Lange währte die Erholungsphase nicht an, denn bereits am darauf folgenden Mittwoch war das erste Meisterschaftsspiel gegen den VBC Brugg angesetzt. Da die letzte Saison noch in einer anderen Gruppeneinteilung gespielt wurde, wusste man nicht genau, was von dieser Mannschaft zu erwarten war. Mit der gewohnten Nervosität beim Meisterschaftsstart und nur sieben Spielerinnen, reisten sie nach Brugg. Nach kurzer Spielzeit war klar, dass die Steinerinnen das Spiel dominierten und klar in Führung lagen. Nun wäre es nicht das erste Spiel, welches nach einem super Start schlussendlich doch noch verloren ging. Deshalb holte Michi Isaak, der Coach des 3. Liga Teams, die Spielerinnen immer wieder auf den Boden der Realität zurück und mahnte, konzentriert und präzise zu spielen. Mit einem 3:0 Sieg durften sie an diesem Abend nach Hause fahren.

Bereits am nächsten Abend ging es mit dem ersten Aargauer Cup-Spiels weiter. Der VBC Stein traf auf den 4. Ligisten der VBC Rothrist. Eigentlich erwartete man bei diesem Spiel einen „lockeren“ Sieg. Schon beim Einspielen bemerkte man, dass dem nicht so sein wird. Das in der letzten Saison aus der 3. Liga abgestiegene Team hechtete flink jedem Ball hinterher und kämpfte unermüdlich um die Punkte. Die Spielerinnen des VBC Stein waren deshalb gefordert, das Spiel sauber aufzubauen, um mit Druck einen Punkt zu erzielen. Mit etwas mehr Mühe als gegen Brugg, jedoch auch deutlich, gelang ein weiterer 3:0 Sieg. In der nächsten Cup-Runde trifft der VBC Stein auf den 2. Ligisten Safenwil-Kölliken.

Spätestens bis zu diesem Spiel muss das geübte sitzen, um auf diesem doch etwas höheren Niveau mithalten zu können. Bis dahin und auch bis zum nächsten Meisterschaftsspiel bleiben ein paar wenige Wochen Zeit. Das bedeutet, in den Trainings die Schwächen auszumerzen und fit zu bleiben. Auf jeden Fall steht eine spannende und anspruchsvolle Saison bevor. Die Spieldaten des VBC Stein (3. Liga, 5. Liga und Juniorinnen U21) können auf der Homepage www.vbcstein.ch eingesehen werden. Über lautstarke Unterstützung freut sich der Club sehr. (iw)