

Olaf Rebbe (Sportdirektor)

Beitrag von „DB4“ vom 20. April 2024, 15:01

[Zitat von putzi](#)

Überall nur Belastungssteuerung, selbst bei den Vitaminen. 🤔

Genau Lach weiter, irgendwann wirst auch du erkennen was los ist.

Die Medizinische Abteilung gehört getauscht, Wir müssen raus aus der Wohlfühloase die von diesen Bereich mit verschuldet wird.

Hauptsache Belastungssteuerung, von welcher Belastung eigentlich? Letzte Woche Samstag gespielt und Dienstag mit Training angefangen. Reicht ja auch, 3 Tage trainieren.

Kein Wunder das wir läuferisch unterlegen sind und so viele Individuelle Fehler machen. Fehler passieren nämlich im Sport wenn der Körper und Geist nicht Fit sind.