

Duitse elftal zwoegt en zweet bij fitnessstest

Nieuws

[Achtergrond](#) - 25 april 2006

25 april 2006) Fitness staat centraal in de laatste fase van de Duitse WK-voorbereiding. Bondscoach Jürgen Klinsmann laat zijn spelers zwoegen en zweten. Dat is nodig, want van hun techniek moeten ze het volgens Klinsmanns staf niet hebben.

Negentien spelers van de nationale ploeg heeft Jürgen Klinsmann gisteren en vandaag naar Düsseldorf geroepen om hun conditie te beproeven. Voetballers van de topclubs FC Bayern München en FC Schalke 04 zijn vrijgesteld omdat ze nog wedstrijden moeten spelen voor respectievelijk de Duitse beker en de UEFA-cup. Zij moeten de test op een later tijdstip inhalen.

De spelers leggen sprintend slalomparkoersen af, stellen hun beweeglijkheid op de proef met stretchoefeningen en moeten verschillende looptests ondergaan. Dit alles onder toeziend oog van de Amerikaanse fitness-specialist Mark Verstegen, die onder andere de tennissers Andre Agassi en Monica Seles begeleidde. "We moeten ons gebrek aan techniek met kracht en uithoudingsvermogen compenseren", stelde de hoofdarts van het WK-organisatiecomité Wilfred Kindermann. Tegen ploegen als Brazilië kan Duitsland voetballend toch niet op.

Maar ook op het lichamelijke vlak staat de selectie nog een hoop werk te wachten. Volgens Klinsmann laat de conditie van de Bundesliga-profs te wensen over. "Ten opzichte van competities in andere landen hebben we terrein verloren", zei de bondscoach. Een onderzoek van Hamburgse sportwetenschappers stelde vorig jaar dat Duitse clubs vaak verkeerd trainden en te weinig conditietrainers in dienst hadden.

De vierde en laatste conditietest fungeert tevens als scherprechter voor wie uiteindelijk mee mag naar het WK. Van de 28 gegadigden moeten er nog vijf afvallen. Een bekende speler die mogelijk via de fitnessstest alsnog een plaats in de selectie kan afdwingen, is Bayer Leverkusen-verdediger Jens Nowotny. Op 15 mei moet de bondscoach de definitieve selectie rond hebben, dan loopt voor alle WK-coaches de deadline van de FIFA af.

Fitnessstests maken onlosmakelijk deel uit van wat in Duitsland de 'methode

Klinsmann' wordt genoemd. Een methode die de bondscoach de nodige kritiek heeft opgeleverd van clubs als FC Bayern München en Schalke 04. Een aantal Bundesliga-trainers voelde zich in zijn eer aangetast door de constatering uit het Klinsmann-kamp. De fitnesstests zouden bovendien te vermoeiend zijn voor de spelers die het al zwaar genoeg hebben met hun (internationale) competitieverplichtingen. Klinsmanns stijl is te Amerikaans, te nieuwerwets, bromden traditioneel ingestelde krachten binnen de Duitse voetbalbond DFB.

Spiegel Online

[Klinsmann verschärft Konkurrenzkampf](#)

FAZ.NET

[Vielleicht mit Nowotny, sicher ohne Scholl](#)

ZDF Heute.de

['Gummi-Twist-Übungen sind absolut üblich'](#)

Dit is een artikel gedownload via duitslandinstituut.nl.

Artikel:

<https://www.duitslandinstituut.nl/artikel/1685/duitse-elftal-zwoegt-en-zweet-bij-fitnesstest>