

# Fit gemacht im FTZ

## Wacker Burghausen will mit dem Fitness Therapie Zentrum zurück in die 2. Bundesliga

Ich fühle mich fitter und habe schon vier Kilo abgenommen“, erzählt Manuel Riemann, Torwart des SV Wacker Burghausen lächelnd. Gemeinsam mit seinen Fußballkollegen trainiert der Sportler seit dieser Saison im Fitness Therapie Zentrum Mühldorf (FTZ). Regelmäßig hat sich Manuel Riemann in den letzten Wochen auf Magnetfeldmatten gelegt, um von seinen Rückenbeschwerden loszukommen - mit Erfolg: „Ich bin fast beschwerdefrei.“

Die Kooperation zwischen dem SV Wacker Burghausen und dem FTZ befindet sich noch in der Testphase. Wacker-Cheftrainer Jürgen Press und Fitnesstrainer Franz Prost vom FTZ sind sich aber einig, dass sich die Rundumbetreuung der Fußballprofis positiv auswirken wird. Das hat kürzlich bereits die Auswertung der Lactat-Tests gezeigt.

Die Spieler konnten ihre Werte vom ersten auf den zweiten Test um 20 Prozent steigern.

Trotz der doch relativ großen Entfernung zwischen Mühldorf und Burghausen, arbeiten die beiden Partner eng zusammen. Denn auf das Know-How der Mühldorfer Fitnesstrainer will Jürgen Press nicht verzichten: Miha-Zirkel, Spinning und computerchipgesteuerte Sportgeräte, auf jeden Spieler individuell abgestimmt.

Was beim FC Bayern längst Standard ist, soll den SV Wacker Burghausen zurück in die zweite Bundesliga kapitulieren. Ein großes und ambitioniertes Ziel, wie selbst



Gemeinsam zurück in die zweite Liga: Klaus Hornung (Geschäftsleitung FTZ), Björn Hertl, Manuel Riemann, Franz Prost (Geschäftsleitung FTZ), Jürgen Press (Trainer SV Wacker Burghausen), Florian Hahn (Geschäftsführer SV Wacker Burghausen), Eric Rudhof (Geschäftsführung FTZ). FOTO: CHN

die Kooperationspartner zugeben. „Nicht der Ort ist entscheidend, sondern das, was das FTZ bietet“, erklärt Franz Prost. Dennoch könnte sich die Geschäftsführung des SV Wacker Burghausen auch vorstellen, einige Bausteine des Trainingsprogramms in die Heimatstadt zu verlegen.

Fußballprofi Björn Hertl war im vergangenen Jahr besonders verletzungsanfällig, war oft in der Reha. Seit Juni trainiert nun auch er im FTZ Mühldorf. „Seitdem bin ich verletzungsfrei und regeneriere schnell-

ler.“ Physio- und Fitnesstherapeuten versuchen neben der Rehabilitation verletzter Spieler, die Defizite des Einzelnen zu beseitigen, immer in Absprache mit dem Cheftrainer.

Einige Wochen haben die Spieler von Wacker ihre Ausdauer besonders intensiv gefördert, mithilfe des Miha-Zirkels. Seit Saisonbeginn befinden sie sich nun in der Erhaltungphase.

Der Begriff Erhaltung passt gut zum zweiten Ziel, das sich die Kooperationspartner gesetzt haben: Klassenerhalt.