

Porsche-GT-Piloten im Trainingscamp

Dieser Artikel gibt den Stand zum Zeitpunkt seiner Veröffentlichung wieder. Der Inhalt kann inzwischen veraltet sein.

11/02/2015 Acht Tage lang intensives körperliches Training – so bereiteten sich die GT-Werksfahrer und Nachwuchspiloten von Porsche auf die Motorsportsaison 2015 vor.

Beim Porsche Fitness Camp in Doha (Katar) standen nicht nur sechs Stunden Sport täglich auf dem Stundenplan – auch dem Teambuilding wurde eine große Bedeutung beigemessen.

Bereits zum 13. Mal fand das Porsche Fitness Camp als Saisonvorbereitung statt. Gemeinsam mit den GT-Werksfahrern Earl Bamber (24), Jörg Bergmeister (38), Michael Christensen (24), Wolf Henzler (39), Richard Lietz (31), Fred Mako (34), Patrick Pilet (33) und Nick Tandy (30) absolvierten die Porsche Junioren Connor de Phillippi (22) und Sven Müller (23) sowie Porsche Cup Scholarship Gewinner Matteo Cairoli (18) das Intensivprogramm unter der Leitung des Sportmediziners Prof. Dr. Frank Mayer von der Universität Potsdam.

Die Verbesserung von Schnelligkeit und Koordination als Teil des Trainings

Neben Kraft- und Ausdauereinheiten waren auch verschiedene Übungen zur Verbesserung von Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination ein wichtiger Teil des Trainings. Lediglich Patrick Long (33) konnte nicht teilnehmen, da er beim zeitgleich ausgetragenen 12 Stunden Rennen in Bathurst (Australien) zum Einsatz kam.

„Alle Fahrer haben sich konsequent an die bereits im November letzten Jahres von meinem Team der Universität Potsdam erstellten, individuellen Trainingspläne gehalten. Sie sind ausnahmslos bestens vorbereitet zu unserem Fitness Camp gekommen. Auch die neuen Porsche Werksfahrer und Nachwuchspiloten sind bereits auf einem hervorragenden Fitness-Niveau“, lobt Prof. Dr. Mayer seine Schützlinge.

„Die Trainingsbedingungen hier in Doha sind ideal. Das warme Wetter minimiert das Verletzungsrisiko und die Sportanlage, die wir hier nutzen können, ist beeindruckend“, sagt Jörg Bergmeister. Die Aspire Zone, die anlässlich der Asia Games 2006 gebaut wurde, erfreut sich auch bei der Deutschen Fußball Nationalmannschaft sowie Vereinen wie dem FC Bayern München oder Red Bull Salzburg als Trainingsstätte großer Beliebtheit.

Patrick Pilet: „Nach acht Tagen zusammen fühlt man sich wirklich als Team.“

„Wir können uns hier perfekt körperlich und geistig auf die Motorsportsaison vorbereiten. Den Leistungsschub spürt man im Anschluss deutlich“, ergänzt Patrick Pilet. „Hier herrscht eine tolle Atmosphäre. Es ist toll, dass auch die jungen Nachwuchspiloten dabei sind. Nach acht Tagen zusammen fühlt man sich wirklich als Team.“

Auch Porsche-Sportchef Dr. Frank Steffen Walliser nahm an den letzten drei Tagen am Fitness Camp teil und absolvierte einige Übungen gemeinsam mit seinen Fahrern. „Ich konnte am eigenen Leib erfahren, wie fit unsere Jungs sind“, sagte er. „Darüber hinaus herrscht ein toller Mannschaftsgeist. Auch das gehört zu einer professionellen Vorbereitung auf die Saison.“

Linksammlung

Link zu diesem Artikel
https://newsroom.porsche.com/de/motorsport/porsche-gt-piloten-trainingscamp-2015-10924.html

Media Package
https://pmdb.porsche.de/newsroomzips/b339dc62-ab52-42f3-a3bf-30a1897e3b5f.zip

Externe Links
http://www.porsche.com/germany/sportandevents/motorsport/

Dr. Ing. h.c. F. Porsche Aktiengesellschaft
Porscheplatz 1
70435 Stuttgart