



[Home](#) > [Sport](#) > [Mehr Sport](#) > [Eishockey](#) > Die neuen Freezers : Gewichte stemmen,Hamburg genießen



DIE NEUEN FREEZERS

Gewichte stemmen, Hamburg genießen

10.06.2009 - 23:16 UHR

Hanteln stemmen, Medizinbälle wuchten, auf Kästen hüpfen. Die DEL-Saison beginnt für die Freezers zwar erst in drei Monaten. Die Neuzugänge Max Brandl (20) und Alexander Dotzler (24) schufteten aber mit Stephan Retzer und Thomas Pielmeier schon jetzt im Krafraum der Volksbank Arena. Fünf Stunden täglich!

„Das zweitägige Mini-Camp dient zur Vorbereitung und Erklärung unseres Programms“, sagt Fitness-Trainer Dr. Pedro Gonzalez. Auf dem Plan: „Core“ (spezielles Rumpfttraining), Aufwärm-Übungen, Vorbereitung auf den Krafttest Anfang August, Beweglichkeit.

Kraftpaket Dotzler (89 kg) schnauft: „Das war ein bisschen wie die Grundausbildung bei den US-Marines. Bringt uns aber voran.“ Drill-Sergeant Gonzalez: „Die Jungs haben hervorragend mitgezogen.“

Abends erkundeten die beiden Bayern ihre neue Heimat. Brandl: „Die Stadt ist der Hammer. Ich will so schnell wie möglich meine Wohnung hier beziehen.“

[Diskutieren Sie über Eishockey im Forum!](#)