

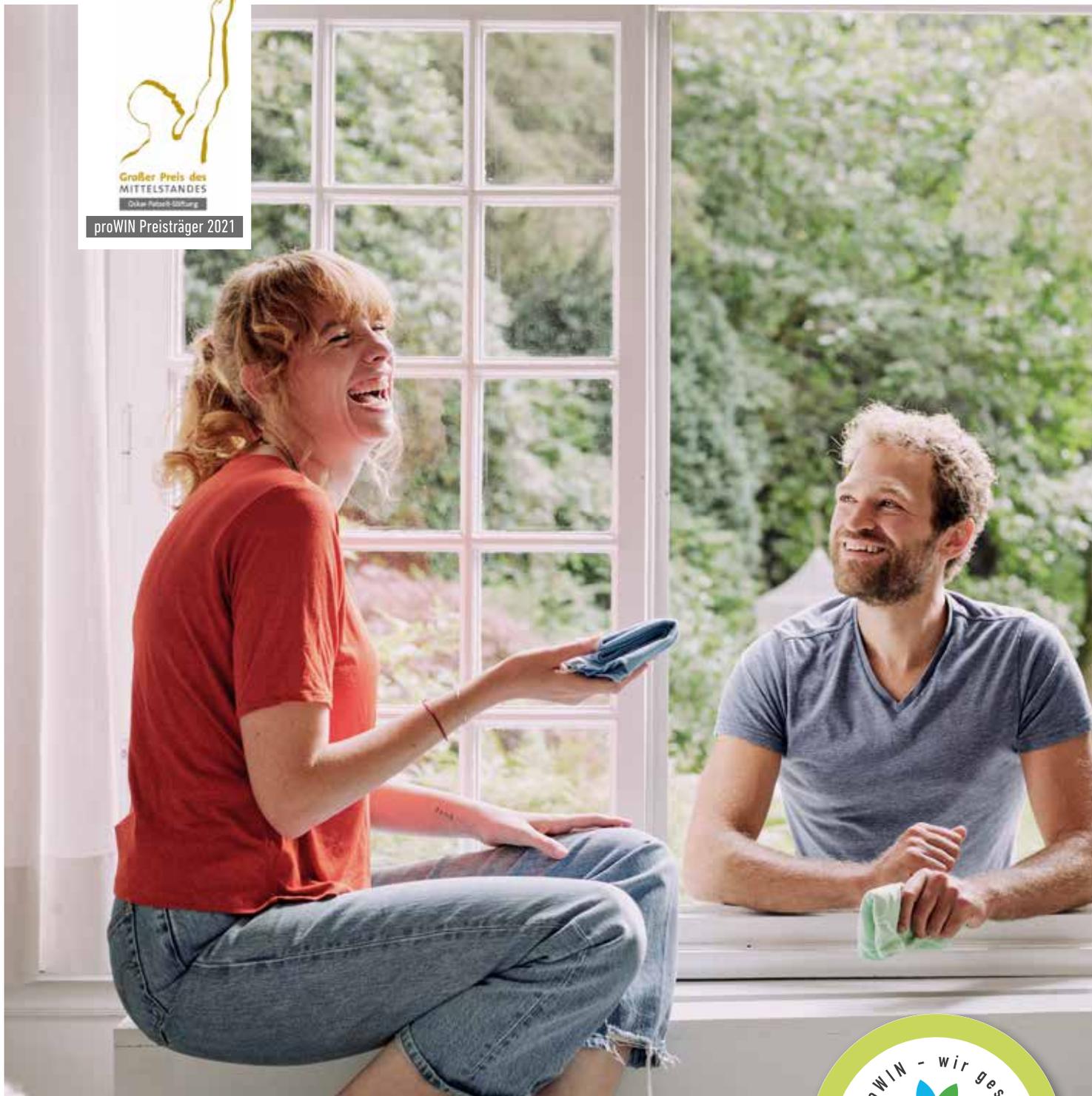
INSIDE





Großer Preis des
MITTELSTANDES
Oskar Peterhütt-Stiftung

proWIN Preisträger 2021



Nachhaltig. Zuhause.

Als nachhaltig agierendes Unternehmen übernehmen wir Verantwortung. Nicht nur für unsere Produkte, auch für die Gesellschaft. Ressourcenschonung und Plastikvermeidung stehen bei uns im Fokus. Du möchtest in Deinem Haushalt möglichst nachhaltig Leben? Das ist möglich. Natürlich mit proWIN.

Finde eine proWIN-Beratung für **Deine proWIN-Party** ganz in Deiner Nähe.

www.prowin.net



Du willst nichts mehr verpassen?
Dann folge uns auf Instagram und Facebook.



 **proWIN**
international

Liebe **Leserinnen** und **Leser,**

heute halten Sie unser neues Saisonmagazin „proWIN Volleys Inside“ in den Händen. Wir sind sehr glücklich, dass wir Sie wieder zu einem Heimspiel unserer proWIN Volleys TV Holz begrüßen dürfen. Nach zwei sehr außergewöhnlichen Jahren ohne richtigen Publikumsverkehr, sehnen wir den Heimspielen in Heusweiler und Saarbrücken entgegen.

Nach dem sportlichen Abstieg aus der 2. Volleyball Bundesliga stand für uns eine lange „Off-Season“ auf dem Plan. Nach vielen intensiven Gesprächen mit Mannschaft und Trainerteam, startete Anfang Juli ein rund erneuertes Kader, ein Mix aus bekannten Gesichtern und neuen (eigenen) Talenten, in die Vorbereitung. Nach den ersten Ergebnissen der neuen Saison können wir festhalten, dass sich der Aufwand gelohnt hat. Ohne die Unterstützung unserer langjährigen Partner, welche uns auch in diesen schwierigen Zeiten ausnahmslos zur Seite stehen, wäre die Umsetzung in dieser Form nicht möglich gewesen. Das gleiche gilt auch für alle Eltern / Menschen, welche sich im Verein engagieren. An dieser Stelle möchte ich euch meinen herzlichen Dank aussprechen! Genauso richtet sich dieser Danke an den Vorstand des Turnverein Holz, der zu jeder Zeit ausnahmslos hinter dem Projekt „Hochklassiger Volleyball im Saarland mit nachhaltiger Jugendförderung“ steht.

In diesem Heft wollen wir Ihnen einen tieferen Einblick in die aktuelle Saison geben. Lernen Sie die neuen Gesichter in der Mannschaft kennen und erfahren Sie mehr über die Herausforderungen hinter den Kulissen. Ich wünsche Ihnen viel Freude mit proWIN Volleys Inside und lade Sie herzlich zu unseren Heimspielen in der 3. Liga Süd ein.

Sportliche Grüße

Steven Weber
Geschäftsführer
proWIN Volleys TV Holz



Impressum

Turnverein Holz 02 e. V.,
Holzer Platz 5,
66265 Heusweiler
Telefon: 06806/49 99 805
E-Mail: info@prowin-volleys.de
Verantwortlicher für den Inhalt:
Steven Weber (V.i.S.d.P.)
Layout/Satz: Michael Weber
Druck: flyeralarm.de

Dritte Bundesliga Süd Frauen

proWIN Volleys TV Holz • USC Konstanz • VfR Umkirch • TSV GA Stuttgart • SV Sinsheim • VfB Ulm • VC Offenburg • TGM Mainz-Gonsenheim • SSC Bad Vilbel • BSP MTV Stuttgart • TV Villingen

Spielplan

17.09.22	20:00	SV Sinsheim	proWIN Volleys TV Holz	1:3 / 79:94	Sporthalle Kraichgau Realschule
24.09.22	19:00:	TGM Mainz-Gonsenheim	proWIN Volleys TV Holz	3:1 / 89:74	NSH Otto-Schott-Gymnasium Mainz
01.10.22	19:30	USC Konstanz	proWIN Volleys TV Holz	3:1 / 93:83	Schänzle Sporthalle
16.10.22	15:00	SSC Bad Vilbel	proWIN Volleys TV Holz	1:3 / 91:93	Sportzentrum Bad Vilbel
29.10.22	19:00	TV Villingen	proWIN Volleys TV Holz	1:3 / 76:98	Sporthalle am Hoptbühl
19.11.22	20:00	VfB Ulm	proWIN Volleys TV Holz	0:3 / 45:75	Mehrzweckhalle Weststadt
27.11.22	16:00	proWIN Volleys TV Holz	VC Offenburg	3:1 / 98:75	SSH Friedrich-Schiller, Heusweiler
03.12.22	19:00	proWIN Volleys TV Holz	TSV GA Stuttgart	3:2 / 104:106	Halle 80 HNS, Saarbrücken
10.12.22	19:30	VfR Umkirch	proWIN Volleys TV Holz		Neue Sporthalle
18.12.22	16:00	proWIN Volleys TV Holz	TGM Mainz-Gonsenheim		SSH Friedrich-Schiller, Heusweiler
08.01.23	16:00	proWIN Volleys TV Holz	USC Konstanz		Halle 80 HNS, Saarbrücken
15.01.23	16:00	proWIN Volleys TV Holz	SSC Bad Vilbel		Halle 80 HNS, Saarbrücken
28.01.23	19:00	proWIN Volleys TV Holz	BSP MTV Stuttgart		Halle 80 HNS, Saarbrücken
29.01.23	16:00	proWIN Volleys TV Holz	TV Villingen		HHalle 80 HNS, Saarbrücken
12.02.23	16:00	proWIN Volleys TV Holz	VfB Ulm		Halle 80 HNS, Saarbrücken
04.03.23	18:00	VC Offenburg	proWIN Volleys TV Holz		Sporthalle Nord-West
19.03.23	16:00	proWIN Volleys TV Holz	VfR Umkirch		Halle 80 HNS,
25.03.23	19:00	TSV GA Stuttgart	proWIN Volleys TV Holz		Saarbrücken
01.04.23	19:30	proWIN Volleys TV Holz	SV Sinsheim		HHalle 80 HNS, Saarbrücken

Tickets unter www.prowin-volleys.de/tickets



„Die größte Herausforderung war die Ungewissheit“

Die Sommerpause war turbulent bei den proWIN Volleys TV Holz. Nach dem Abstieg aus der 2. Liga haben acht Spielerinnen den Verein verlassen. Doch Geschäftsführer Steven Weber und die sportliche Leiterin Denise Linz haben sich der schwierigen Aufgabe angenommen und die Weichen für die Zukunft gestellt – mit Erfolg. Bisher kann die neu zusammengestellte Mannschaft in der 3. Liga durchaus überzeugen.

Wir haben letztes Jahr eine schlechte Saison gespielt, das Ergebnis hat für sich gestanden. Das führte zu viel Unzufriedenheit in der Mannschaft. Dann kommt natürlich der Schlag, dass viele Leute weggehen. Das hat Steven und Denise vor eine große Herausforderung gestellt, sie mussten schwierige Entscheidungen treffen. Aber das birgt auch Chancen“, rekapituliert Katharina von Oetinger die vergangenen Monate. „Die größte

Herausforderung war die Ungewissheit. Wie wird das Team aussehen? Können wir es schaffen, die 3. Liga zu halten oder vielleicht im Endeffekt vorne mitzuspielen?“, unterstreicht Gina Lehnen. Endgültig wird sich das alles noch zeigen. Doch schon die ersten Wochen und Monate nach Start der neuen Saison machen großen Mut auf das, was in Zukunft kommt und noch kommen kann. Für Mittelblockerin Katharina von



Oetinger ist die gerade begonnene Saison die sechste mit der ersten Mannschaft der proWIN Volleys. Noch ein Jahr länger dabei ist Libera Gina Lehnen. Sie beide haben sich ganz bewusst dafür entschieden, den proWIN Volleys treu zu bleiben. „Mit der ausschlaggebende Grund war, dass ich seit 2011 im Verein bin. Es war mein erster Verein und ich habe überlegt, was er mir alles gegeben und ermöglicht hat. Dem Verein und den Leuten dort habe ich sehr viel zu verdanken. Meine Hoffnung war, dass da ein frischer Aufwind kommt mit den vielen jungen Spielerinnen und dass sie Spaß und Lockerheit reinbringen“, erörtert Lehnen ihre Gründe, den TV Holz eben nicht zu verlassen. Auch Katharina von Oetinger, die insbesondere aus beruflichen Gründen überlegt hatte, kürzerzutreten, konnte dem Volleyball dann doch nicht Ade sagen. „Es kam dieser Wandel. Es wurde beschlossen, wir spielen 3. Liga, wir holen Druck aus der Situation raus und der Kader wird neu aufgestellt. Mit dem Ziel, langfristig noch mal eine Basis aufzubauen beim TV Holz, den Vereinsgeist zu fördern und voranzubringen. Das hat mich in den Gesprächen überzeugt“, sagt von Oetinger: „Ich liebe Volleyball, da braucht man einfach die Leidenschaft dazu. Ich habe so viel Zeit dem TV Holz gewidmet. Und mit der Zielsetzung kann ich mich absolut identifizieren, das ist eine Herzenssache für mich, zu der ich mein Bestes beitragen will.“

Obwohl die Saison noch sehr jung ist und

(Stand: 01.12.2022) gerade erst sieben Spiele absolviert sind, deuten die bisherigen Leistungen an, dass die Maßnahmen erfolgreich waren. Obwohl die proWIN Volleys mit einer sehr jungen und neu zusammengestellten Mannschaft in die Saison starteten, konnten sie gleich am ersten Spieltag den SV Sinsheim 3:1 schlagen.

„Das erste Spiel hat total beflügelt, da hat alles sehr gut ineinandergegriffen und geklappt. Wir wissen, man kann ein Spiel nicht die auf Saison beziehen, aber die Erwartungshaltung an die nächsten Spiele war schon hoch“, erinnert sich „Mannschafts-Mutti“ Katharina von Oetinger. Nach den anschließenden 1:3-Niederlagen bei der TGM Mainz-Gonsenheim und dem USC Konstanz „sind wir erst mal auf den Boden der Tatsachen geknallt“, meint sie weiter. Dennoch überwiegt, wie Gina Lehnen es formuliert, die Erkenntnis: „Es steckt noch sehr viel Potenzial in der Mannschaft. Mit Sergejs Hilfe können wir noch viel an der Technik verfeinern und mit ein bisschen Erfahrung aus der Mannschaft noch sehr, sehr viel herausholen. Da bin ich sehr optimistisch gestimmt, dass wir im Lauf der Saison noch viele gute Spiele zeigen werden.“ Dem kann sich von Oetinger nur anschließen und stellt klar: „Es steht so viel Talent, Ehrgeiz und Leistungsbereitschaft auf dem Feld. Das muss noch mit dem Mindset verbunden werden. Wir müssen definitiv unseren Kopf trainieren, das ist die allererste Aufgabe, die ansteht. Aber da bin ich guter Dinge. Man

hat innerhalb der fünf Spiele schon eine gute Verbesserung gesehen.“

Denn nach den beiden Niederlagen konterten die proWIN Volleys mit vier Siegen in Folge. In einer äußerst ausgeglichenen Süd-Staffel liegen sie auf dem dritten Tabellenplatz- punktgleich mit Tabellenplatz zwei. Die Tabellenspitze hat gerade mal zwei Punkte mehr auf dem Konto, aber eben auch zwei Spiele mehr gespielt. Dazu kommt: Bis dato hatten die proWIN Volleys, weil die Hallen in Heusweiler und Saarbrücken nicht verfügbar waren, ausschließlich ein echtes Heimspiel.

„Das erste Heimspiel hatte natürlich eine große Bedeutung. Das war für jeden ein extra Motivationsschub, wenn man vor heimischer Kulisse mit den eigenen Fans im Rücken auftreten kann. In Villingen beispielsweise waren viele Zuschauer, die extrem Stimmung gemacht haben. Da hat man gemerkt, wie viel Spaß es macht, wieder vor Zuschauern zu spielen. Wenn die dann noch auf der eigenen Seite sind, ist das noch mal viel, viel krasser. Da freut sich jeder sehr drauf und ist hoch motiviert für jedes weitere Heimspiel“, schaut Gina Lehnen erwartungsvoll voraus. Auch Katharina von Oetinger schwärmt vom ersten Auftritt vor den eigenen Fan: „Natürlich wünschen wir uns, dass wir bei unseren Heimspielen immer so ein tolles Publikum haben werden. Das gibt uns jedes Mal einen extra Kick. Und es wird interessant zu sehen, wie sich das auf unsere Leistung auswirkt.“



NACH 30 JAHREN

UMSCHALTEN AUF ZUKUNFT



www.autohaus-deckert.com

30 AUTOHAUS
DECKERT

Ihr Partner für
Elektromobilität

Entenmühlstr. 70
Homburg

Saar-Pfalz-Str. 2a
Blieskastel-Aßweiler

Jakob-Stoll-Str. 2b
St. Wendel

Saarpfalzstr. 11
Zweibrücken

peugeot

citroën

opel

DS

HYLO®

HYLO CARE® – DIE TÄGLICHE AUGENPFLEGE.



- ✓ Bei Fremdkörpergefühl, Juckreiz oder geröteten Augen
- ✓ Mit 0,1 % Hyaluronsäure und Dexpanthenol
- ✓ Verhindert die Austrocknung und pflegt dadurch Horn- und Bindehaut
- ✓ Frei von Konservierungsmitteln und Phosphaten
- ✓ 6 Monate nach Anbruch verwendbar

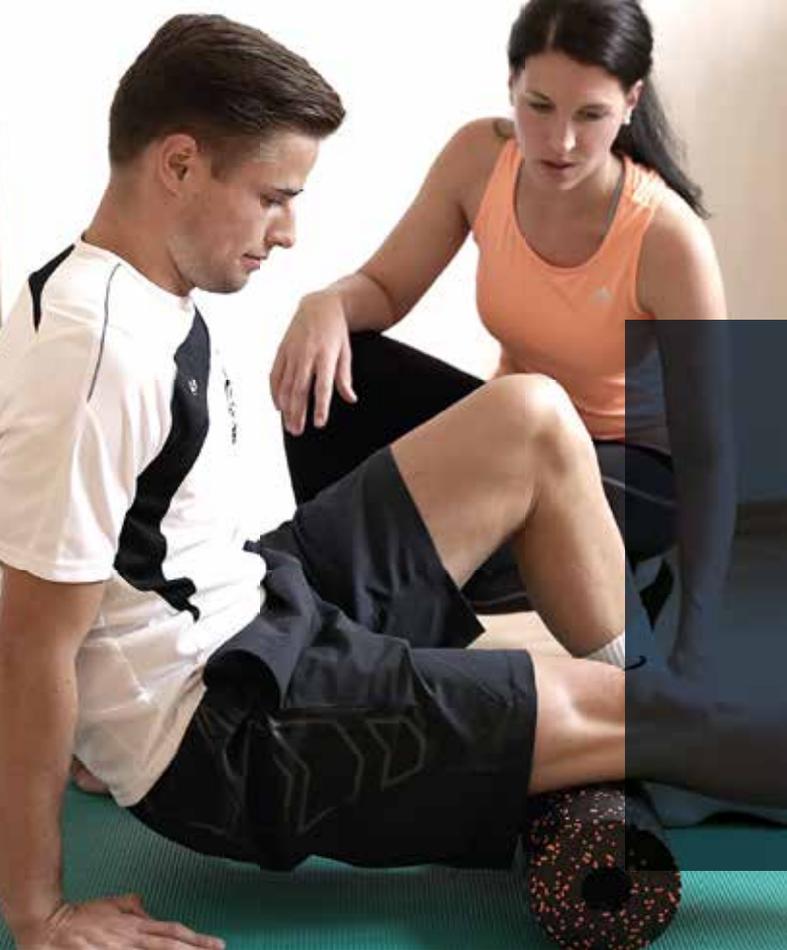
**TROCKENE AUGEN? WIR HABEN DAS
PASSENDE PRODUKT FÜR SIE:**



Weitere Informationen unter: hylo.de

HYLO® – DIE NR. 1¹ BEI TROCKENEN AUGEN

¹ Abverkauf Total (EH) der HYLO® Produktfamilie; IH Galaxy; APO Channel Monitor; S01K1; MAT 2022.03



LAURA SIMON
Physio Training Ernährung

Physiotherapie und Training

für Profi- und Freizeitsportler

Sportphysiotherapie und Physiotherapie

- Rehabilitation nach Verletzungen
- Manuelle Lymphdrainage (MLD)
- Triggerpunkttherapie
- Faszientherapie
- Tapen
- Massagen

Training - Beratung, Planung und Analyse

- Individuelle Trainingskonzepte
- Funktionelle Bewegungsanalyse
- Core Training
- Dehnprogramme
- Faszientraining
- Training für Sportvereine und Gruppentraining

Ernährung: Beratung, Planung und Rezepte

- Gemeinsam analysieren wir Ihre Essgewohnheiten und ich erstelle Ihren individuellen Ernährungsplan für Muskelaufbauphasen oder Gewichtsreduktion. Zudem versorge ich Sie regelmäßig mit leckeren, gesunden und leicht zuzubereitenden Rezepten für Sportler.

**Kontaktieren Sie mich
für eine individuelle
Beratung**

☎ 0170 29 78 420

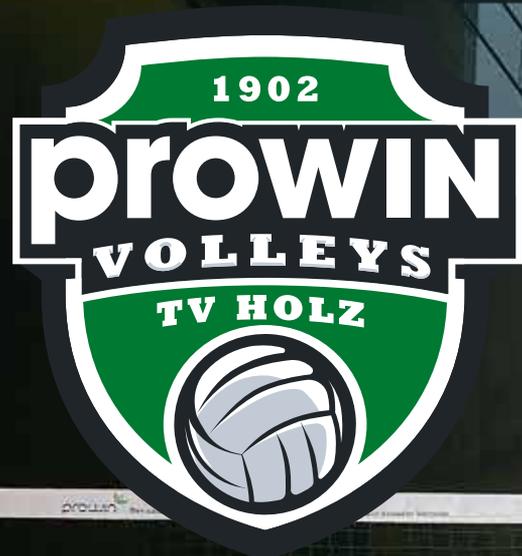
✉ sportphysiosaarbruecken@gmail.com

🌐 www.sportphysio-saarbruecken.de



In Kooperation mit







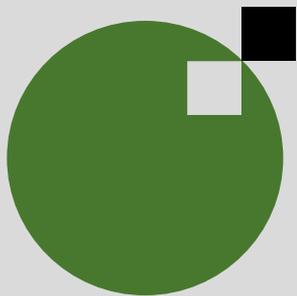


Der Kader 2022/23

Name	Nummer	Position	Geburtsdatum
Katharina Hanke	1	Zuspiel	09.10.1999
Katharina v. Oetinger	2	Mittelblock	02.07.1993
Jada Key	3	Mittelblock	03.09.1999
Sarah Huber	4	Außenangriff	27.02.1993
Paulina Krämer	5	Außenangriff	24.12.2001
Stella Nalbach	7	Diagonal	02.07.2005
Greta Mittler	8	Außenangriff	03.07.2006
Gina Lehnen	9	Libera	30.10.2001
Mira Weber	10	Universal	11.02.2000
Marieke Brill	11	Zuspiel / Außenangriff	01.09.2004
Vanessa Garcia	13	Zuspiel	01.05.1999

Das Trainerteam 2022/23

Name	Position	Geburtsdatum
Sergej Danilov	Headcoach	05.05.1958
Selina Paul	Co-Trainerin	28.03.1996
Frederik Scheller	Co-Trainer / Scout	05.04.1991
Denise Linz	Sportl. Leitung	22.03.1992



TERRAG

BODEN GUT MACHEN

Deponie

Entsorgung

Rückbau

TERRAG GmbH

Saarbrückerstraße 9 | 66538 Neunkirchen

Telefon: +49 6821 40289-0

info@terragn.de | www.terragn.de

GLEICHE LEIDENSCHAFT.

NEUE FREIHEIT.

Ändert nicht dich, ändert dein Leben.

**EURO
JACKPOT**

Dienstag
und Freitag
bis zu

120
MIO. €

DIE CHANCE AUF DEIN TRAUMLEBEN

 **LOTTO**
Saartoto

www.saartoto.de  /saartoto

Spielteilnahme ab 18 Jahren · Glücksspiel kann süchtig machen · Infos unter www.saartoto.de
Kostenlose Hotline der BZgA 0800 1 372700 · Gewinnwahrscheinlichkeit Gewinnklasse 1 = 1 : 140 Mio.

Die Bauzinsen steigen? Cool bleiben!

Mit LBS-Bausparen jetzt die niedrigen Zinsen für Ihren Immobilienraum sichern.

* Beispiel: Bauspardarlehen 0,95 % p.a. fester Sollzins im Tarif Zuhause 2022 – Modernisierer, 1,44 % effektiver Jahreszins ab Zuteilung ohne Kosten einer Grundschuld eintragung, Bausparsumme 25.000 €, Nettodarlehensbetrag 13.750 €, 82 monatliche Raten von 175 € inkl. letzter anteiliger Rate, Abschlussgebühr 400 €, Gesamtbetrag: 14.201,86 €, Darlehensgeber LBS Landesbausparkasse Saar, Beethovenstraße 35-39, 66111 Saarbrücken, Stand 01.10.2022



**Zins einfach einfrieren!
Mit unseren
NEUEN Tarifen
schon ab
0,95 % p.a.***

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

 Finanzgruppe



Goldene Auszeit

Farben beeinflussen Gefühle. Und sie sind Ausdruck von Individualität. Darum besitzt auch jedes Haus unseres Urlaubsdomizils namens Victor's Portugal Malveira-Guincho eine eigene Persönlichkeit – genau wie Sie. Entdecken Sie 19 elegante Gartenvillen sowie 5 luxuriöse Poolvillen mit Privatpool und erleben Sie einzigartige Momente in einem einzigartigen Ferienparadies. Sie werden es lieben.

CASCAIS
●● Lissabon



Victor's Portugal

MALVEIRA-GUINCHO

Condominio Malveira-Guincho · EN 247 Malveira da Serra
P-2755-140 Alcabideche · Telefon +351 912900166
info@victors-portugal.com · www.victors-portugal.com





US-Neuzugang Jada Key im Interview: Haben das Potenzial richtig gut zu werden

Aufgewachsen in der Großstadt Omaha im US-Bundesstaat Nebraska zog es Jada Key nach ihrem High School-Abschluss ins benachbarte Kansas. Dort lief sie während ihrer College-Karriere für die Jets auf, das Volleyball-Team Newman University in Wichita. An der

Newman University machte Key außerdem ihren Bachelor-Abschluss in Biologie. Zum Sommer verließ sie ihre Heimat in den Vereinigten Staaten und schloss sich den proWIN Volleys TV Holz, wo sie seither die 3. Liga Süd aufmischt. Schon

in mehreren Partien konnte die 1,80 Meter große Mittelblockerin die begehrte MVP-Auszeichnung ergattern. Gegenüber proWIN Volleys Inside erzählt die sympathische 23-Jährige von ihren ersten Erfahrungen in Europa, ihren Plänen im Volleyball und, was

deutsche Supermärkte den amerikanischen voraushaben.

proWIN Volleys Inside: Hallo Jada. Nach dem College-Abschluss hast du dich dazu entschieden, auf der anderen Seite des Atlantiks zu leben, um deine Volleyball-Karriere fortzusetzen – eine Entscheidung, die sicherlich einiges an Überwindung kostete.

Jada Key: Seit ich mit 14 Jahren mit Volleyball angefangen habe, war es mein Traum, professionell und international Volleyball zu spielen. In meinem ‚Junior Year‘ auf dem College habe ich die Entscheidung getroffen, dass ich unbedingt im Ausland spielen wollte. Also habe ich angefangen zu recherchieren, wie aus meinem Traum Realität werden könnte. Am Ende des Tages war es eine leichte Entscheidung, den Sport, nach dem ich so verrückt bin, ausführen und dabei gleichzeitig die Welt sehen zu können.

Inside: Im August bist du in Deutschland angekommen. Erzähle uns gerne von deinen ersten Eindrücken.

Jada Key: Hier in Deutschland zu sein, ist die größte Distanz, die ich jemals von zu Hause weg war. Am Anfang herrschte bei mir eine Mischung aus Nervosität und großer Vorfreude. Ein paar Kulturschocks gab es schon, zum Beispiel, dass man im Restaurant für Wasser zahlen muss und dass es einen Unterschied zwischen Tafel- und Mineralwasser gibt. Auch Einkaufen im Supermarkt war etwas ganz anderes, aber auf die bestmögliche Art und Weise: Es gibt viel mehr frische Produkte und eine größere Auswahl an Produkten, als wir es aus den USA kennen.

Inside: Du bist inzwischen seit rund drei Monaten in Deutschland. Hast du dich gut eingelebt?

Jada Key: Bisher ist es eine tolle Erfahrung, hier in Deutschland zu leben. Ich liebe die Architektur und die Menschen sind sehr freundlich und hilfreich, gerade wenn man bedenkt, dass ich noch nicht viel deutsch spreche. Auch wegen der Freundschaften, die ich in der Mannschaft geschlossen habe, macht das gemeinsame Spielen großen Spaß.



Inside: Du sprichst den Volleyballsport bereits an. In den USA hast du am College gespielt. Das College-System unterscheidet sich von dem deutschen Ligen-System. Ist die Umstellung groß?

Jada Key: Es war abzusehen, dass es ein paar Änderungen geben würde. Unsere Warm-Ups vor den Spielen waren in den USA beispielsweise deutlich länger und umfangreicher. Und beim Einspielen sind die Schlaglinien und die Aufschlag-Annahme unterschiedlich, was eine kleine Eingewöhnungszeit brauchte. In den USA gab es außerdem Linienrichter bei den Spielen, das ist aber nur eine winzige Änderung. Was noch anders ist: Hier schlagen die Liberas überhaupt keine Angaben. Aber insgesamt bleibt es Volleyball, signifikante Unterschiede gibt es da nicht im Spiel.

Inside: Nun ist die Saison noch ziemlich frisch, aber vielleicht kannst einen kleinen Ausblick wagen. Was können wir von dir und den proWIN Volleys erwarten?

Jada Key: Ich hoffe, dass wir die Zuschauer weiter zum Staunen bringen können und an unseren Erfahrungen wachsen. Persönlich hoffe ich, dass ich meine Leistung abrufen kann und damit auch andere Menschen für Volleyball begeistern kann. Unser Team ist noch sehr jung, aber wir haben das Potenzial, richtig gut zu werden und in jedem Spiel eine gute Leistung zu zeigen. Wenn wir in jedem Spiel zeigen, was wir drauf haben, kann uns das bestimmt helfen, noch mehr Menschen davon zu überzeugen, uns bei unseren Spielen zu unterstützen.

„Es war immer ein **Traum**, in der ersten Mannschaft zu spielen“

Ein Neuanfang bietet immer auch Chancen. Zwei der neuen Gesichter bei den proWIN Volleys TV Holz wollen diese Chancen nutzen: Greta Mittler und Paulina Krämer.

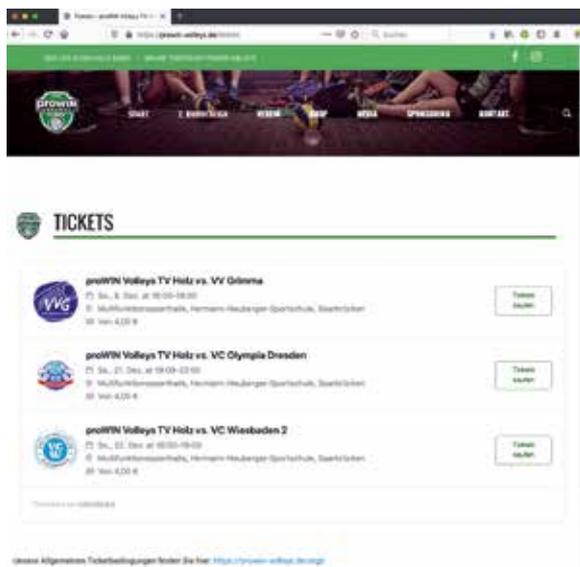
Während die 16-Jährige Mittler ein echtes Eigengewächs der proWIN Volleys ist, lief die vier Jahre ältere Krämer zuletzt für den TV Quierschied auf. Sie sammeln in dieser Saison ihre ersten Erfahrungen in der 3. Liga. „Ich kannte aus Quierschied viele Spielerinnen des TV Holz und hatte gegenüber Denise Linz mal erwähnt, dass ich gerne ausprobieren möchte, höher zu spielen. Daraufhin hatte sie mich zu einem Probetraining eingeladen und es hat mir in Holz direkt sehr gut gefallen“, berichtet Krämer von der Vorgeschichte zu ihrem Wechsel: „Ich wollte einfach mal für mich ausprobieren, ob ich das schaffe und das Zeug dazu habe.“ Greta Mittler schaffte den Aufstieg aus der 2. in die 1. Mannschaft. „Es war immer ein Traum von mir, in der ersten Mannschaft zu spielen. Dass das jetzt so schnell ging, hat mich überrascht, aber umso mehr gefreut“, sagt sie.

Obwohl Mittler in der Vergangenheit im gemeinsamen Training mit der ersten Mannschaft die eine oder andere Kostprobe genießen konnte, ist die 3.

Liga mit allem, was zu ihr dazu gehört, für beide größtenteils Neuland. Krämer spielte mit dem TVQ bis dato in der Verbandsliga, Mittler war in der zweiten Mannschaft der proWIN Volleys in der Regionalliga gesetzt. „Das Training wird anders gestaltet. Ich war in Quierschied immer sehr zufrieden, aber es ist trotzdem etwas anderes“, hat Krämer erkannt. Dazu gesellen sich weitere Unterschiede, wie ihre Mittler, die die 11. Klasse des Saarbrücker Ludwigsgymnasiums besucht, erklärt. „Gerade die ersten Spiele waren schon eine stressigere Angelegenheit. Nicht nur das Spielen, sondern auch der Trainingsumfang. Wir mussten noch viel an der Technik und der Spielfähigkeit machen. Wir haben viel trainiert, haben Wochenend-Lehrgänge gemacht. Man merkt, dass es ein anderes Niveau ist.“ Der Schritt in den semi-professionellen Volleyballsport ist groß. Entsprechend fällt auch die Zielsetzung der Neuzugänge aus. „Erst einmal möchte ich natürlich reinkommen. Mein Ziel ist es nicht zwingend, immer zu spielen, sondern auch einfach im Training weiterzukommen. Meine Ziele sind auf jeden Fall, mich technisch und spielerisch weiterzuentwickeln. Und mit der Leistung, die ich bringe, möchte ich dann zufrieden sein“, sagt Krämer, die

ein duales Studium bei der saarländischen Polizei absolviert. Zufrieden stellt sie fest: „Schon jetzt hab ich das Gefühl, dass schon viel mitnehmen konnte. Ich denke, dass ich mich da noch weiterentwickeln kann und hoffe, dass ich in Zukunft noch mehr zum Einsatz kommen kann.“ Hilfreich kann es dabei durchaus sein, ins kalte Wasser geworfen zu werden, wie Greta Mittler bestätigt: „Wir haben einen relativ kleinen Kader. Aber dadurch bekommen wir relativ viel Spielzeit, gerade wir jungen Spielerinnen bekommen schon viele Einsätze. Es ist vielleicht mit viel Druck verbunden, aber es ist auf jeden Fall eine coole Aufgabe und Erfahrung, die wir machen können.“

Schon jetzt haben gerade auch die Neuzugänge gezeigt, dass sie den proWIN Volleys und ihren Fans große Freude bereiten können, was sie in den Heimspiel natürlich bestätigen wollen. Mittler betont: „Ich freue mich immer, vor heimischem Publikum spielen zu können, wenn Verwandte und Freunde in der Halle sind. Die Familie fragt immer, wann unser nächstes Heimspiel ist und wann sie schauen kommen können. Daher freue ich mich jetzt umso mehr, wieder in Heusweiler oder Saarbrücken spielen zu können.“



Vergünstigte Tickets im Vorverkauf unter prowin-volleys.de/tickets



Studieren mit

GEHALT

Duale Bachelor-Studiengänge



- Sport- und Bewegungstherapie **NEU**
- Sport-/Gesundheitsinformatik
- Fitnessökonomie
- Sportökonomie
- Gesundheitsmanagement
- Fitnesstraining
- Ernährungsberatung



Jetzt informieren:
studieren-mit-gehalt.de



Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences

volleyball**direkt**

asics
SKY
ELITE
FF 2



JETZT ERHÄLTICH AUF VOLLEYBALLDIREKT.DE

→ **DIE**
SPARKASSEN
FUTURE
CHALLENGE



sk-sb.de/futurechallenge



1. Mach eine Ausbildung bei uns.
2. Gestalte deine Zukunft.
3. Hab Spaß dabei.
4. Erzähl deinen Freunden davon.

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Saarbrücken