

epaper
... die Zeitung,
die mitreis(s)t.

**OV LESER
REISEN
2010**
Jetzt testen.

1&1

Oldenburgische Volkszeitung

[Impressum](#) [Kontakt](#) Mo. 25. Jan. 2010

[Weblog](#) [Eventkalender](#) [Kalenderblatt](#) [Karikatur](#) [WebCam](#) [Gästebuch](#) [Fotogalerie](#) [Login](#) [OV eshop](#)

Home

Meldungen

Sport

Heimatsport
Sport
Sportergebnisse
Sportler g. Hunger

Abonnement

Anzeigen

Service

Interaktiv

Über uns

Wichtige Trainingstipps an der türkischen Riviera



Das Mittelmeer im Rücken haben (von links) Franz Bokop, Bezirksschiedsrichterobmann Georg Winter aus Wildeshausen, Verbandschiedsrichterlehrwart Bernd Donurat aus Wilhelmshaven und Schiedsrichter Thorsten Bohmann aus Rastede. Foto: privat

Belek (vk) - Der Name Belek ist Fußball-Fans ein Begriff. Jahr für Jahr bereiten sich Bundesligisten in dem Urlaubsort an der türkischen Riviera auf die Rückrunde vor. Auch der Vechtaer Schiedsrichter Franz Bokop nahm in Belek an einem achtstägigen Trainingslager teil - mit 70 norddeutschen Schiedsrichtern, Beobachtern und Referenten. "Es konnte sich jeder anmelden, der im norddeutschen Kader pfeift", erklärt Bokop. Mindestens Oberliga heißt das. Diese Bedingung erfüllt der 19-Jährige. In der Hinserie hat Bokop sechs Oberliga-Spiele und acht Bundesliga-Partien in der B-Jugend geleitet. Hinzu kamen zwei Bezirksobrigaspiele und sechs Einsätze als Assistent in der A-Jugend-Bundesliga. Im Sporthotel Kaya Belek machte Bokop jeden Morgen Frühspurt: 6-km-Lauf, Sprints, Dehn- und Kraftübungen. Vom früheren Schalker Mannschaftsarzt Dr. Bernd Brexendorf erhielten die Schiedsrichter Tipps für ein individuelles Training. Vormittags standen Schulungen in Regelkunde, Persönlichkeitsbildung und Kommunikation an. "Man musste sich vor zehn Leute stellen und fünf Minuten über ein Wort referieren, das einem zugeworfen wurde", erzählt Bokop. "Auf dem Spielfeld kommt es ja auch darauf an, dass du selbstsicher auftrittst und das, was du machst, gut verkaufst." Ein Psychologe gab unter anderem Anleitungen, wie man auf Spieler Einfluss nimmt, denen eine Entscheidung nicht gefällt. "Das Programm unseres Trainingslagers stellte hohe Anforderungen an die Schiedsrichter", sagte Wolfgang Mierswa, Vorsitzender des niedersächsischen Schiedsrichterausschusses. "Einen guten Schiedsrichter machen auch die persönlichen, sozialen und kulturellen Qualitäten aus. Unsere jungen Unparteiischen wurden den Ansprüchen ausgezeichnet gerecht." Die Schiedsrichter unterstützten auch eine Behinderteneinrichtung mit einer Geldspende von 2000 Euro, Spielzeug und medizinischen Geräten. Ein Freundschaftsspiel gegen türkische Schiedsrichterkollegen endete 2:2. "Ich stand sieben Mal im Abseits", gesteht Bokop. Wichtiger waren aber die freundschaftlichen Kontakte, die anschließend beim gemeinsamen türkischen Abend geknüpft wurden - Tänze, ein großes Essen und eine Bauchtänzerin inklusive. Urlaub beinhaltete die privat bezahlte Belek-Reise auch. Bei Ausflügen lernte Bokop die türkische Kultur näher kennen. Bis zum Regionalliga-Schiedsrichter möchte Bokop, der ein duales Maschinenbau-Studium mit Ausbildung zum technischen Zeichner bei Big Dutchman in Calveslage absolviert, gerne noch aufsteigen. "Alles, was danach kommt, wäre Bonus. Ich bin mit dem, was ich erreicht habe, aber absolut zufrieden", sagt der Mann von SFN Vechta. Mit den Erfahrungen aus Belek geht es vielleicht aber noch ein bisschen höher.

175
1834-2009
JAHRE
OV

Ceshop

**Kino-
Charts**

Sportler
gegen
Hunger

Dezember
Heimatblätter

Regionalwetter

Deutschlandwetter

Europawetter

RSS OV-NEWSFEED

Fotogalerie



Anzeige:

Grenzen gab's gestern.
Heute kann unser Internet gar nicht
schnell genug sein.

Erleben, was verbindet.

Home

PDF

EMAIL

IHRE MEINUNG

Name:

Titel:

PRINT

[< vorheriger Artikel](#)

[nächster Artikel >](#)

[\[Zurück \]](#)