

Star Dreck

Raumschiff Viger

Fitnessstraning

Sternzeit: 20000701,3

Brücke:

Doc kommt rein: „Captain, ich muss mit Ihnen reden.“

Blueway: „Gehen wir in meinem Bereitschaftsraum.“

Bereitschaftsraum:

Doc: „Die Kondition der Crew ist sehr schlecht.“

Blueway: „Das kann schon sein, wenn man nicht regelmäßig trainiert.“

Doc: „Genau das müssen wir ändern. Fast alle Crewmitglieder erfüllen nicht den Mindeststandart der Sternenflotte. Zumindest nicht mehr.“

Blueway: „Diese faulen Säcke. Tun Sie was immer Sie dazu nötig halten, um die Crew wieder fit zu machen.“

Doc: „Soll ich wirklich ohne Ausnahme jeden zum Training zwingen, der/die es nötig hat?“

Blueway: „Eine faule Crew ist das Letzte was ich gebrauchen kann. Natürlich jeden. Wagen Sie es ja nicht irgend wen auszulassen.“

Doc: „Dann möchte ich Sie bitten mitzukommen.“

Blueway: „Was? Ich hab aber keine Lust. Das ist mir zu anstrengend.“

Doc: „Nun: Sie haben es mir befohlen. Sie wollen doch bestimmt nicht, dass ich Ihre Befehle verweigere.“

Blueway: „Befehlsverweigerung kommt gar nicht in Frage.“

Doc: „Also los: Wir sehen uns in 20 Minuten auf Holodeck 1.“

Blueway: „So schlecht ist meine Kondition nun auch wieder nicht, dass ich für den Weg 20 Minuten brauche.“

Doc: „Ich dachte es wäre klüger dafür angemessene Kleidung zu tragen.“

20 Minuten später, Holodeck 1:

Blueway, Tomp, Haari, Nixda, B'leidigt, Nine und Doc sind versammelt.

Blueway: „Wo sind Check oh ti und Totalk? Ich sagte doch keine Ausnahmen.“

Doc: „Die sind fit genug. Außerdem muss doch mindestens einer verhindern, dass das Schiff explodiert.“ „Also ich habe einen umfangreichen Fitnessplan ausgestellt. Wir werden ab jetzt jeden Tag zwei Stunden trainieren.“

Blueway: „Ich dachte das sei nur einmalig.“

Tomp: „Wenn wir das hier nur ein einziges mal machen, könnten wir es auch einfach sein lassen.“

Doc: „Also zunächst machen wir uns warm.“

Blueway: „Sind 37° C warm genug?“

Doc: „Es geht nicht um die Körpertemperatur. Es geht darum die Muskeln für die kommende Belastung vorzubereiten. Das geht ganz einfach: Wir laufen zweimal um diesen Fußballplatz herum. Das wären dann ca. 800Meter.“

Blueway: „Nur zweimal herumlaufen? Kinderspiel.“

Doc: „Auf gehts.“

Alle laufen los. Nur Blueway geht gemütlich.

Doc: „Captain: Nicht gehen. Laufen.“

Blueway: „Irgendwie war mir klar, dass da ein Hacken ist.“

Ca. 10 Minuten später:

Blueway vollendet die zweite Runde: „Geschafft.“

Doc: „Prima. Nun geht es in die Dehnübungen.“

B'leidigt: „Ist es das, wo es immer weh tut?“

Doc: „Nur wenn man zu feste dehnt.“

Blueway: „Woran erkenne ich, dass ich zu feste bin?“

Doc: „Wenn es schmerzt.“

Nach den Dehnübungen:

Doc: „So jetzt können wir uns der eigentlichen Arbeit widmen.“

Blueway: „Oh je.“

Doc: „Zum Anfang hatte ich mir gedacht, dass die eine oder andere Sportsportart gut geeignet ist, da diese so ziemlich alles fördern.“

Blueway: „Nehmen wir Schach.“

Haari: „Gut Idee.“

Doc holt einen Fußball hervor: „Raten Sie mal warum wir hier sind?“

Nixda: „Wegen dieser Fitness-Sache.“

Doc: „Ich meinte diese Umgebung.“

B'leidigt: „Für die 800Meter?“

Doc: „Was halte ich hier in der Hand?“

Nine: „Einen Ball, der aus 12 Fünfecken und 30 Sechsecken besteht.“

Tomp: „Oh ja: Fußball. Damit kenne ich mich aus.“

Doc: „Also gut. Bilden Sie zwei Teams mit je 3 Leuten.“

Tomp: „Das sind zu wenig pro Mannschaft: Wir brauchen einen Torwart, mindestens einen Abwehrspieler, mindestens einen Mittelfeldspieler und mindestens einen Stürmer.“

Doc: „Dann müssen Sie sich eine andere Taktik einfallen lassen.“

16:00 Casino:

Blueway: „Jetzt können Sie mir sicherlich sagen, was 'Abseits' bedeuten soll.“

Tomp: „Das verstehen Sie eh nicht.“

Blueway: „Und ob ich das verstehe!“

Tomp: „Na gut: Ein angreifender Spieler befindet sich im Abseits, wenn zwischen ihm und dem Torwart der verteidigenden Mannschaft kein weiterer Spieler der Verteidigenden Mannschaft steht.“

Blueway: „Hä??“

Tomp: „Oder einfacher ausgedrückt: Abseits ist, wenn der Schiri 'Abseits' pfeift.“

Blueway: „Und warum erst so kompliziert?“

Tomp: „Mit der ersten könnten Sie selbst beurteilen, ob eine Abseitsposition vorliegt.“

Blueway: „Das geht mit der zweiten doch auch.“

Tomp: „Wenn sie Schiedsrichter wären, wie würden Sie dann feststellen ob eine Abseitsposition vorliegt?“

Blueway: „Ganz einfach: Wenn ich Abseits Pfeifen würde, liegt abseits vor, sonst nicht.“

Tomp: „Äh ja.“

Ende

© Thomas Kamps, 2011