

Trainingslager in den Sommerferien

Wie schon in den vergangenen Jahren veranstalteten in der letzten Woche der Sommerferien ein Trainingslager. Im Trainingslager lernten wir viel Neues über Sprünge und Techniken dazu. Wir freuten uns auf jeden Tag und waren gespannt, was es neu dazulernen geben könnte.

Wir lachten viel und hatten bei jeder Sache, die auf uns zukam, Spaß.

Wir trainierten sowohl auf den Großgeräten als auch auf dem Doppelmini-Trampolin. Das Doppelmini-Trampolin kommt bei uns beim normalen Training nicht so oft zum Einsatz, sodass das Training darauf für uns eine willkommene Abwechslung war.

Auch das Spielen kam nicht zu kurz. Am letzten Tag gab es eine extragroße Spiel-Einheit. Es wurde aus Matten ein Turm gebaut, auf den wir dann springen durften. Die Sportler durften Sprünge testen und ausprobieren und damit ihre Ängste überwinden.

Zum Ende des Trainingslagers haben wir alle etwas Neues dazu gelernt und bereits erlernte Techniken verbessert. Es war eine sehr schöne und intensive Woche.

Johanna Roschat