

15 junge Athleten der Jahrgänge 2000 bis 2002 machten sich, wie auch schon in den letzten Jahren in den Osterferien, auf ins Trainingslager in den Schwarzwald. Als Trainer waren dieses Mal Wolfgang Baum, Sandra Jonas (beide SFG), Sarah Perings und Sebastian Tracht (beide PSV) mit von der Partie.

```
{sfx album='5863712478750971889' display='album' pictures_row='4'  
album_rows_per_page='1.5'}
```

Von der Jugendherberge Rudenberg aus in Titisee-Neustadt ging es für insgesamt 7 Trainingseinheiten zum Leichtathletik-Stützpunkt Schwarzwald in Löffingen. Hinzu kamen zwei Ausdauertrainingseinheiten und jeden Morgen ein kurzes Läuferchen vor dem Frühstück.

Trotz der winterlichen Bedingungen mit Schnee draußen konnten wir uns in der Löffinger LA-Halle gut auf die kommende Saison vorbereiten: Grundlagen wie Koordination, Stabilisation und turnerische Elemente, aber auch disziplinspezifische Trainingsblöcke wie Staffellauf, Weitsprung, Kugelstoßen, Diskuswurf, Stabhochsprung und Hürdentraining standen auf dem Programm.

Neben dem eigentlichen Training kamen natürlich auch Spiel, Spaß und Freiräume zum Erholen nicht zu kurz. Die Abende wurden mit Schwimmbad, Tischtennis, Gesellschafts- oder Gruppenspielen gut abgerundet und auch tagsüber gab es einiges zum Entdecken: So kletterten wir auf die Weltcupskischanze in Neustadt, besichtigten die Triberger Wasserfälle, fuhren mit der Bahn quer durchs Höllental nach Freiburg und verbrachten zum Abschluss der Woche einen schönen Tag im Europapark in Rust.

Es war für alle eine erlebnisreiche und schöne Woche. Vor allem schweißte so eine Maßnahme die Gruppe, die sich durch die verschiedenen Vereine oft doch nur an Wettkämpfen sieht, gut zusammen.