

Vom 27.03. bis 03.04.2015 nahmen 20 Mädchen und Jungen (Jahrgänge 2001-2004) der Vereine SFG Bernkastel, PSV Wengerohr, TV Morbach und SV Wintrich gemeinsam mit ihren Trainern Wolfgang Baum, Sebastian Tracht und Christoph Thomas am diesjährigen LG-Ostertrainingslager im Schwarzwald teil.

{phocagallery view=categories|categoryid=1|imagecategories=1|imagecategoriessize=5}

Nach der täglichen „Morgenrunde“ und anschließendem Frühstück ging es von der Jugendherberge in Neustadt zu den Trainingseinheiten in das hervorragend ausgerüstete Stützpunkttrainingszentrum in Löffingen. Dort konnten die Jungen und Mädchen u. a. auch die in diesem Alter nicht alltäglichen Technikdisziplinen wie Speer-, Diskus- und Hammerwurf sowie Stabhochsprung kennenlernen und vertiefen.

Nach einem ersten Trainingstag im Freien mit so viel Sonnenschein, das Abends nicht nur vom Sport die Backen glühten, mussten wir aufgrund des widrigen Wetters (Sturm, Schnee) die nächsten Tage in der Halle trainieren. Das tat der guten Stimmung aber keinen Abbruch. Für viele Kinder war es neu, erstmals in einer Halle mit Spikes zu laufen oder zu springen.

Die läuferische Umrundung des Titisees bei knöcheltiefem Neuschnee bildete die Herausforderung im Ausdauerbereich. Technikanalysen der eigenen Ausführung von Lauf- und Sprungübungen mit Hilfe von Videoaufzeichnungen rundeten den leichtathletikspezifischen Teil ab.

LG-Sportwart Wolfgang Baum und PSV-Trainer Sebastian Tracht hatten zudem ein attraktives Nebenprogramm zusammengestellt. Die Gruppe bestieg die „Hochfirst-Weltcupsprungschanze“ in Titisee und nutzte anschließend der schneebedeckten Steilhang für so manche Rutschpartie. Nach einer Bahnfahrt durch das Höllental konnte die Stadt Freiburg besichtigt werden. Am Rheinfluss in Schaffhausen fuhren wir mit dem Boot an eine Felsspitze, die mitten in den reißenden Fluten liegt und als Aussichtsplattform dient. Hier konnten wir die Urkräfte der Natur ganz nah erfahren.

Einen weiteren Höhepunkt bildete der ganztägige Besuch des Europaparks in Rust.

Diverse Gruppenaktionen während der gesamten Woche, wie erlebnispädagogische Spiele oder auch Aktivitäten im hauseigenen Schwimmbad rundeten das Gesamtprogramm ab und trugen dazu bei die Sozialkompetenz zu stärken und das Gruppengefühl zu fördern. So entstand im Laufe der Woche eine echte „Leichtathletikgemeinschaft“!