

Trainingsweekend Sportzentrum Kerenzerberg Filzbach 12./13. März 2022

Leichtathletikriege gemeinsam mit Meitliriege

Nachdem es im letzten Sommer fast so aussah, als ob wir die Pandemie hinter uns gebracht haben, fiel die Entscheidung nach zwei Jahren Pause, unser Glück zu versuchen und uns für ein Trainingsweekend im März 22 im Sportzentrum Kerenzerberg in Filzbach anzumelden.

Das Glück blieb uns treu und wir haben den Zuschlag für die Durchführung erhalten.

Pandemiemässig war das Glück nur halbwegs mit uns. Wie wir alle wissen, wurden zwar die Massnahmen und Weisungen ab Mitte Februar 22 weitestgehend aufgehoben, aber die tatsächliche Zahl der Krankheitsfälle egal ob Covid oder etwas anderes, sind massiv angestiegen.

Wahrscheinlich aus diesem Grund konnten wir die gebuchten 50 Betten (weniger als in den Jahren vor Corona) nicht füllen und wir haben kurzerhand die Meitliriege mit ins Boot geholt und Dank spontanen Eltern und Leiterin zumindest 44 Betten belegen können.

Aber natürlich waren die Betten an diesem Wochenende Nebensache.

Im Sportzentrum haben wir ein sportlich intensives Wochenende in einer super ausgestatteten Dreifach-Turnhalle mit grossen Panoramafenstern und einem wunderbaren Blick auf die noch dick verschneite Schweizer Bergwelt verbracht.

Auf dem Programm stand die intensive Vorbereitung für den kommenden Jugendsporttag im Mai. Nach einem ersten Aufwärmen haben wir in den verschiedenen Altersgruppen Jägerball, Linienball und Korbball gespielt.

Dann stand schon das Mittagessen auf dem Programm. Es ist lässig, wenn man sich um nichts kümmern muss und sich einfach gut versorgt weiss.

Frisch gestärkt ging es dann am Nachmittag weiter mit dem Training in den verschiedenen Disziplinen, die im Mai zu bewältigen sind. In Gruppen aufgeteilt gab es Sprint, Ballwurf, Fitnessparcours, Weitsprung und als Supplement noch Hürdentraining. Es ist immer wieder schön für Teilnehmer und Trainer in kleinen Gruppen intensiv trainieren zu können.

Ab 16.30 Uhr stand mit dem Besuch im für uns reservierten Hallenbad des Sportzentrums ein weiterer Höhepunkt auf dem Programm.

Anschliessend durften wir uns beim Znacht stärken und nach einer kurzen Pause haben wir das Abendprogramm ein Toto X in der Sporthalle gemeistert. Dazu haben wir Leiter uns zu den Themen: Leichtathletik, Geografie, Dietikon, Tierwelt und Challenges Fragen oder Aufgaben in verschiedenen Schwierigkeitsgraden überlegt. Die Kinder in altersdurchmischten Teams hatten die Möglichkeit mit der richtigen Antwort oder dem besten oder schnellsten gemeisterten der Challenge die Punkte zu sichern, so dass am Ende ein Team als Sieger hervorging.

Um 21 Uhr hiess es dann ab ins Bett. Für die Kleinen sollte um 21.30 Uhr Nachtruhe sein und für die Grossen um 22 Uhr. Das hat mehr oder weniger sehr gut funktioniert ☺, schliesslich stand ja mit dem Sonntag noch ein weiterer intensiver Tag an.

Wecken Sonntagfrüh um 7.00 Uhr, denn Frühstück gibt es nur bis 8.15 Uhr und bis 8.30 Uhr müssen die Betten abgezogen und das Zimmer abgegeben sein!

Ein strenger Start in den Tag, aber auch das haben wir gemeistert.

Ein weiterer Trainingsblock folgte bis zum Mittagessen. Diesmal wurde der Hochweitsprung, das Kugelstossen und der Staffellauf trainiert und geprobt. Da die beiden technischen Disziplinen in der Mitte der Halle der Halle aufgebaut waren ging der Staffellauf am Rand der Dreifach Turnhalle entlang mit je einer Stabübergabe pro Runde.

Da Matthias und ich das Staffeltraining geleitet haben, waren wir live dabei und haben einige von den Kindern so schnell rennen sehen, man konnte meinen sie hätten Flügel, sensationell. Kein Wunder besitzt die Schweiz eine der schnellsten Staffeln weltweit. Der Nachwuchs ist parat. 😊

Nach einem letzten Mittagessen gab es noch den krönenden Abschluss mit unserer Plausch-Stafette, die an keinem Weekend fehlen darf. Nie haben wir so viel Material und so viel Platz und so viel Spass dabei aus den Kindern die letzten Energiereserven rauszukitzeln.

Nach einer Heimreise, auf der zum Glück alles reibungslos verlaufen ist, durften wir am Dietiker Bahnhof alle Kinder müde, aber zufrieden wieder den wartenden Eltern übergeben.