Das Trainingslager 2017 der U14/U16 – dieses Jahr in Konstanz – kann man vielleicht am besten mit dem Inhalt unserer Taschen beschreiben. Neben Spikes, Wasser und dem üblichen Repertoire eines Leichtathleten, fanden sich darin auch Handschuhe, Regensachen, dicke Pullover und Sonnencreme. Am Dienstagmorgen versuchten wir sprintenderweise noch den Hagel und Schneeepisoden zu entkommen, um dann nach dem Mittagsessen schnell in die Wärme der Halle zu flüchten. Dann das Unerwartete: Am Samstagmorgen hatten wir alle einen roten Kopf von der starken Sonne, die sich dann doch ab und an mal zeigte. Hatten die Athleten der U18 in der ersten Ferienwoche noch Glück mit den frühsommerlichen Temperaturen, zeigte sich der April in der zweiten Woche von seiner launischsten Seite. – Keine Jahreszeit, die wir nicht hatten! Das Wetter wechselte im fünf Minuten Takt.

Frei nach dem Motto, Leichtathletik ist ein Draußensport und wir sind ja keine Fußba… äh Weicheicher, zogen wir unser Programm durch. Die Motivation war hoch und alle Athleten konnten intensiv an ihrer Technik arbeiten. Im Unterschied zu den normalen Trainings hatten wir endlich Zeit für besonders ausgiebige Einheiten, Yoga und Tiefenentspannung, Videoanalysen sowie zwischengeschobene Basketballeinheiten. Vor allem konnten wir uns, nach der Neuzusammensetzung der Gruppe im letzten Jahr, nun alle besser kennenlernen. Das tolle daran war, dass auch die U14ner, die normalerweise nicht mit nach Italien fahren, mit dabei sein konnten!

Das Highlight war wohl der Donnerstag. Wir trafen uns mit den Fahrrädern am Schwaketenplatz und fuhren gemeinsam hoch zur Uni, wo sich alle Athleten zum ersten Mal am Stabhochsprung probieren konnten. Danach ging es zum Pizzaessen zu Jette nach Hause. Das Wetter hielt und den Rest des Tages verbrachten wir in den Bäumen des Kletterwalds, wo wir zu spüren bekamen, wie der „Leidenspfad“ zu seinem Namen kam. Am nächsten Tag hatten auch die beiden Trainer Matthias und Maria Muskelkater. Wie gut, dass wir nach der Yoga Einheit am Mittwoch alle wissen, wie wir uns in Tiefenentspannung bringen können.

Der Sonntag bleibt uns noch und dann geht es wieder los mit Schule, Uni und Arbeit. In einer Woche steht auch schon der erste Wettkampf an, für den wir – das kann man wohl so sagen – nun bestens vorbereitet sind. Auf eine erfolgreiche Saison 2017 mit viel Spaß und vielen neuen Bestleistungen!