

Kurs 2 15. Mai in Plasselb TGM BOSV/SSM U16 nordisch



v.l.n.r. Christoph, Patrick, Marc, Lars, Nils, Sascha, Anna, Stefan, Anne-Sophie, Cédric, Katja B., Joscha, Katja E., Sandro (es fehlt Michael)

(Foto: Christoph U.)

Am 15. Mai traf sich die Trainingsgemeinschaft BOSV/ SSM in Plasselb. Um 9.30 Uhr besammelten wir uns beim Schulhaus und starteten gemeinsam in unser Sommertraining. Für die eine Hälfte war es allerdings nicht der Startschuss zum Trainieren, sondern zum Basteln. Jedes der neuen Mitglieder durfte sich mithilfe von Toni Egger ein eigenes Gleichgewichtsbrett basteln. Die „Alten“ machten sich in dieser Zeit auf ein Neues mit den Rollski vertraut. Zusammen mit Christoph bügeln wir auf dem Schulhausplatz an unserem Gleichgewicht. Nach 45 min. wurden dann die Seiten gewechselt und wir fertigten Christoph einen Vorrat an Gleichgewichtsbrettern an. Die Andern begannen nun mit dem Training. Für einige war es eines der ersten Male auf den Rollski, andere sind schon routinierter. Bei dem Gleichgewichtsübungen und dem Spiel schlugen sich jedoch alle sehr gut! Danach kam es zum Spiel des Tages: „Rollskiunihockey“. Die Teams lieferten sich einen hochstehenden Kampf, bei dem schlussendlich nur ein Golden Goal über den Sieg entscheiden konnte. Der Endstand hiess 2:1. Am Mittag waren wir bei Familie Mauron zum Essen eingeladen. Mithilfe von Frau Egger zauberten Maurons für uns Spaghetti mit 3 verschiedenen Saucen. Zum Dessert gab es ein sehr leckeres Mango Tiramisu. Zudem auch noch Schokolade- und Vanillecrème. Mit gefüllten Bäuchen wurden wir dann wieder zur Schule chauffiert. Diesmal aber mit einem anderen Co-Trainer. Chris Mauron begleitete uns am Nachmittag in die Turnhalle. Es war eher ein kurzes Training, denn vorher musste Christoph mit uns den Papierkram erledigen. Die „Neuen“ bekamen auch noch eine Einführung in die Trainingstagebuchführung. Nach dem Rumpfstabilitraining gab es eine kleine Challenge. Die Preise waren alte oder zum Teil noch nie angerührte Wachse von Christoph.

Vielen Dank an die Familien Egger und Mauron und an Christoph, die uns alle diesen Sonntag ermöglichten.

(Verfasserin des Textes: Kaderathletin Anna)

Hauptsponsor

1to1 energy

Sponsoren

Thomas VELOSHOP **LEKI**

Massa Vecchia
ALTE MANTOVA - TALENTE

GSTAADT
MOUNTAIN RIDES
VALD - BEAUFORT - VALD

GARAVENTA

JUNGFRAU
SKI REGION

RAIFFEISEN

helvetia

G.G.
CAMBOSIENE
SPRITZERK

SPORT-TOTO

Schlafli & Maier AG
Grafische Betriebe

druck-it&ch
SwitcherStore