



Trainingslager des C-Teams in den Osterferien 2008

In den diesjährigen Osterferien wurde für die Aktiven des C-Teams über eine Woche ein ganztätiges Trainingslager in Nienhagen angeboten. Zentrale Anlaufstellen waren das Hallenbad und der DLRG-Raum am Sportplatz, der uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt wurde.

Vom 15. bis 21. März trafen sich zehn Schwimmkinder mit Trainerin Daniela Jacob vom Vormittag bis zum Abend, um gemeinsam zu trainieren, zu essen, zu basteln und zu spielen. Einige Schwimmütter erklärten sich bereit die Zubereitung des Mittagessens und die Betreuung der Bastel- und Spielangebote zu übernehmen. Vielen Dank dafür an Ina Reinhold, Kirsten Fobbe, Selda Bulut und Conny Exter.

Leider ließ das unbeständige und nasskalte Wetter längere Aufenthalte im Freien nicht zu, so dass kräftiger Gebrauch von Bastelangeboten und Gesellschaftsspielen gemacht wurde.



Doch jede Regenpause wurde von den Kindern genutzt, um sich an der frischen Luft mit Ball, Seilen, Reifen, u. s. w. auszutoben.

Als roter Faden zog sich das Bemalen von Baumstämmen mit Osterhasengesichtern durch die Woche. Ingo Beiser hatte die Stämme im Vorfeld zugesägt. – Vielen Dank dafür!- Zum Abschluss konnte dann jedes Kind einen Osterhasen als Erinnerung mit nach Hause nehmen.





Das Schwimmtraining stand täglich ein bis zwei Mal auf dem Programm. Es wurden Wendentechniken geübt, verschiedene Schwimmtechniken verfeinert und auch Ausdauer und Schnelligkeit durch verschiedene Tests regelmäßig überprüft.



Wenn das Hallenbad nicht zur Verfügung stand wurde Trockentraining gemacht und auch dort verschiedenen Tests zur Beweglichkeit durchgeführt. An zwei Tagen musste wegen eines Fehlers in der Heizungsanlage des Hallenbades notgedrungen das Wassertraining reduziert werden, da das Wasser für die jüngeren Kinder zu kalt war.

Für Mittwoch war als Aktion am trainingsfreien Tag ursprünglich der Besuch im Ersepark geplant. Witterungsbedingt musste man umplanen und entschieden wurde den Tag in der Viva-Arena in Bröckel zu verbringen. Gemeinsam mit Eltern und Geschwistern verbrachten die Kinder 5 Stunden in Action, nur unterbrochen vom gemeinsamen Mittagessen.

Ein weiteres Highlight des Trainingslagers war die am Donnerstag veranstaltete Rallye durch Nienhagen. In kleinen Gruppen waren die Kinder unterwegs, um die von Claudia Hofemann ausgearbeiteten Fragen und Aufgaben zu lösen. Selbst ein zwischenzeitlicher Regenguss konnte den Tatendrang der Teams nicht bremsen; jeder wollte den Fragebogen zuerst und in der schnellsten Zeit lösen.

Zum Abschluss wurden die Eltern und Geschwister zu Kaffee, Tee und Keksen eingeladen. In gemütlicher Runde wurden die angefertigten Bastelarbeiten vorgeführt und Groß und Klein ließen die vergangene Woche Revue passieren. Anschließend bewiesen die Aktiven, was sie im Wasser dazu gelernt hatten. Ehrgeizig zeigt jedes Kind sein Können und viele Bestleistungen wurden erzielt. Mit Spaßstaffeln und Siegerehrung beendete das C-Team unter der Leitung von Daniela Jacob das Oster-Trainingslager.

