

Trainingslager in Lindau

des Schwimmclub Stuttgart-Möhringen 1933 e. V. vom 21. bis 29. April 2011

Pünktlich um 16.30 Uhr trafen sich alle Teilnehmer in Lindau am Bodensee vor der Jugendherberge. Bei strahlendem Sonnenschein und bester Laune bezogen wir unsere Zimmer und erkundeten die Umgebung.



Um 18.00 Uhr gab es dann unser erstes leckeres Abendessen. Anschließend packten wir unsere Schwimmsachen und los ging es zum Training von 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr. Trainiert wurde jeden Abend auf 2 Bahnen im Schwimmbad Limare, direkt neben der Jugendherberge.



Nach dem Training gab es dann für die ganz Hungrigen im Gruppenraum noch Sandwiches und wir besprachen den Ablauf für den nächsten Tag.

Jeden Morgen gab es ab 07.00 Uhr Frühstück und wir trafen uns pünktlich um 07.55 Uhr zum Training. Morgens stand uns das gesamte Bad zur Verfügung und wir trainierten auf 4 Bahnen bis 10.00 Uhr.

Nach dem anstrengenden Training war Zeit für einen gemütlichen Einkaufsbummel im Lindau-Park (5 min. Fußweg von der Juhe entfernt) oder man traf sich zum Schwätzen, Spielen oder Chillen.

In den Trainingseinheiten wurden von uns Videos gemacht, die wir dann gemeinsam angeschaut und ausgewertet haben. Es war sehr interessant und eine tolle Erfahrung, sich selbst schwimmen zu sehen. Auch gehörten tägliche Rumpfübungen, Gymnastik und der „beliebte“ Sportleistungstest zu unserem Programm. Nicht zu vergessen unsere Jogging-Einheit von 7 km.



Trotz des anstrengenden Trainings blieb aber genug Zeit für Ausflüge und so sind wir einmal mit dem Schiff nach Bregenz gefahren und auf den Pfänder hoch gewandert. Als alle oben waren, stellten wir dann aber fest, dass Schwimmen nicht so anstrengend ist als das Wandern und wir genossen dann auch die Fahrt mit der Gondel wieder zurück ins Tal.

Viel Spaß hatten wir auch beim Eis essen, Stadtspiel, Tretboot fahren und allen anderen Programmpunkten, die Steffi und Lisa für uns vorbereitet hatten.





An Ostern hatten wir viel Spaß beim Ostereier und Geschenke suchen.

Viel zu schnell ging die Zeit vorüber und am letzten Tag haben wir ein Spieleprojekt gemacht. Jedes Zimmer durfte sich ein Projekt ausdenken und vorführen. Es gab sehr lustige Sachen wie z.B. Isomatten-Fight und Mohrenkopf essen, Stopptanzen und vieles mehr.

Vielen Dank auch an die Eltern die einen Kuchen mitgebracht haben! Die Kuchen waren sehr lecker und wie immer sehr schnell verputzt.



Mit dabei waren:

Sven, Andi, Niklas, Paul, Christian K., Daniela, Emily, Anne, Selina, Jule, Jessica, Anna, Hannah, Emma, Veronika, Chantal, Michelle, Luis, René, Toni, Roman, Robert und Christian L. und unsere Trainerinnen Lisa und Steffi

Ein großes Dankeschön an die beiden Trainer! Lisa und Steffi haben ihren Job super gemacht, mit uns tolle Sachen unternommen und sie haben uns immer ein Lächeln ins Gesicht gezaubert.

Selina Göbel