

# TRAININGSLAGER

## IN SEEDORF (URI) 2015

Dieses Jahr ging die Reise für den Nachwuchs des LCR in ein kleines Dorf am Vierwaldstättersee. Wie immer trafen wir am Samstagmittag in unserem Lagerhaus ein, diesmal ein kleines aber feines Ferienhaus nicht weit vom See entfernt.

Beim ersten Training am Nachmittag lernten alle die Sportanlage kennen, welche auch nicht sehr gross war (nur eine 250 m Bahn), aber völlig ausreichend für uns.



Abbildung 1 Seedorf



Abbildung 2 Kennenlern-Abig

Als Abendprogramm fand am Samstag der „Kennenlern-Abig“ statt. Dabei spielten wir in der nahen Turnhalle in Gruppen verschiedene Spiele. Am Sonntag trainierten wir den ganzen Tag. Das Training war anstrengend, machte aber auch Spass. Abends hatte die erste Trainingsgruppe Ausgang, sie gingen bowlen. Nach einem weiteren Training am Morgen wurde es am Montagnachmittag das erste Mal richtig spannend. Nach alter Tradition fand wieder einmal der von allen geliebte Geländelauf statt. Die diesjährige Strecke, die jeder für sich rannte, führte am See entlang. Alle machten super mit, weshalb er zu einem Highlight der Woche wurde. Der nächste Tag bestand

nur aus Training, was von allen zur letzten Vorbereitung auf den Wettkampf am Mittwoch genutzt wurde.

Anders als in anderen Jahren dauerte das Lager nur bis Donnerstagabend, und auch der Elternbesuch wurde weggelassen. Trotzdem gaben die Athleten beim Lagerwettkampf alles. Neue Bestleistungen wurden erzielt und trotz eines kleinen Unfalls herrschte eine ausgelassene Stimmung. Dazu gehörte wohl auch die Vorfreude auf den Schlussabend. Nach dem Abendessen ging es zuerst los mit der Rangverkündigung, bei der es dieses Jahr zum Jubiläum auch besondere Medaillen gab. Danach kamen die einzelnen Trainingsgruppen zum Zug, die alle etwas vorbereitet hatten. Bei den Aufführungen und Spielen wurde viel gelacht, und wie immer gab es danach noch eine Disco. Ziemlich alle hatten viel Spass beim Tanzen und es wurde eine lange Nacht. Was die Leiter aber nicht davon abhielt, uns am nächsten Morgen genauso früh zu wecken. Nach dem Morgenessen begann der Hausputz. Alles wurde von ausgewählten Athleten blitzblank geputzt, der Rest konnte das letzte Mal trainieren gehen. Nach dem letzten Essen im Lager, das übrigens wie die ganze Woche sehr lecker war, wurden noch einzelne Aufgaben erledigt, bevor es dann wieder auf die Heimreise ging. Viele wären gerne noch etwas länger geblieben, doch alle freuten sich wieder auf Zuhause. Alles in allem war es ein tolles Lager, in dem wir alle viel gelernt haben. Dank Michi zum Beispiel auch, wie man eine Türe perfekt und leise schliessen kann. ;)

Autorin: Nicole Aeschlimann



Abbildung 3 Gruppenfoto