

sonntag, 07.10.18 Trainingslager Herbolzheim

Heute war der erste Tag an dem wir in die Turnhalle trainieren gehen konnten. Alle haben sich darauf gefreut die neue Halle "kennenzulernen". Und wir wurden auch nicht enttäuscht: Die Halle hat eine grosse Schnitzel-Grube, Tumbling-Bahn und ein grosses Trampolin. Schon am ersten Gerät zeigten sich bei einigen erste Erfolge und Verbesserungen.

Mit gesunden Snacks zwischendurch haben wir das Morgen-Training alle gut überstanden. Zum Mittagessen gab es Schnitzel und Pommes in einem Restaurant nahe der Halle. Nach einer kurzen Mittagspause für die Kleinen ging es auch gleich wieder mit dem Training weiter, so dass wir am Ende des Tages alle Geräte einmal hatten.

Das Abendessen haben wir in unserer Küche in der Pension kuri gekocht: es gab Hotdog und Salat.

Montag, 08.10.18 Trainingslager Herrbolzheim

Am Montag morgen sind wir in die Halle trainieren gegangen. Wir hatten alle vier Geräte, weil wir am Nachmittag nicht in die Turnhalle konnten, da die Turnhalle besetzt war. Nachdem Training assen wir vor der Turnhalle Birchermüsli. Daraufhin sind wir noch ins Haus gegangen und haben uns umgezogen, denn die kleinen sind noch auf den Spielplatz spielen gegangen und die grossen Mädels durften in den EDEKA. Corinne kaufte uns auch noch ein Glace. Am Abend sind wir Pasta essen gegangen. Sie waren sehr fein!

Dienstag 9.10.18 Trainingslager Herbolzheim

Heute Morgen sind wir um 7.00 Uhr aufgestanden und haben uns angezogen für unseren Ausflug in den Europapark. So wie jeden Morgen, gab es Frühstück und viel Süßes für die kleinen.

Danach ging es endlich in den Europapark. Wir wurden mit dem Auto gefahren und mussten zu Schluss auf Romy und ein paar Turnerinnen warten. Doch dann ging es los. Wir drei Grossen durften alleine den Europapark erkunden. Alle hatten sehr viel Spass und wir gingen alle zusammen auf eine Wasserbahn. Zu Schluss durften wir uns alle etwas Süßes aussuchen. Es war ein sehr cooler Tag.



Mittwoch, 10.10.18 Trainingslager Herbolzheim

Heute im Training ist mir erstmals aufgefallen wie viele Mädchen schon grosse Fortschritte gemacht haben. Besonders am Balken haben bereits jetzt viele, neue Elemente gelernt!

Wir starteten unseren Tag am Boden. Schrauben-Training (sowohl vw. als auch rw.) war angesagt! Nachdem wir das alle lebend überstanden hatten ging es weiter an den Sprung. Ein Highlight hier war, dass Melanie sich zum ersten mal traute den Tsuk in die Schnitzelgrube zu machen! Bravo!!♡

Nach dem Barren hatten viele von uns Blasen an den Händen, also waren wir nicht traurig dass es danach in die Mittagspause ging.

(Zmittag: Spaghetti mit Tomatensauce) Nach kurzem Ausruhen im Zimmer ging es auch schon wieder in die Halle. Der Nachmittag, an dem wir noch 2 Geräte hatten verging sehr schnell und schon bald war es wieder Zeit fürs Abendessen. Dafür gingen wir ins Restaurant "Ulivo" wo es Lasagne gab.

Diesen Morgen sind wir mit besonders starkem Muskelkater aufgewacht. \Rightarrow Jeder Muskel an unserem Körper hat weh getan. (sogar die, von denen wir gar nicht wussten dass sie existieren!)

Im Training haben wir weiter an neuen Elementen geübt, und auch Trainer (v.A. Tana & Corinne I.) haben neue Sachen geübt. Z.B. haben sie gelernt wie man Riesenfelge über der Schnitzelgrube hält, oder eine Schraube am Boden.

Nach dem Mittagessen (Spätzle mit feiner Sauce) ging es gestärkt weiter zum Nachmittagstraining. Nach dem Einturnen ging es weiter mit dem Gerät das wir am Morgen noch nicht hatten und desweiteren nochmal eines das wir am Morgen schon einmal hatten. Da es unser letzter Abend war haben wir uns alle schön gemacht. Zum Nacht gab es mega feines thailändisches Essen. Um sich die Wartezeit zu vertreiben haben die kleineren ihre Skills im Kartenhäuschen bauen noch verbessert. \smile

Als Überraschung ging es danach noch zum bowlen! Das hat mega Spass gemacht! Es war also ein gelungener letzter Abend. \heartsuit

Freitag, 12.10.18 Trainingslager Herbolzheim

Heute war leider schon wieder der letzte Tag unseres Lagers. Nachdem wir das, nun schon gewohnt gute, Frühstück gegessen hatten, ging es zum letzten mal in die Halle.

Schon beim Einturnen haben wir gemerkt, dass wir alle nicht mehr so voller Energie stecken. Die Kraftübungen waren an diesem Tag noch anstrengender als sonst. Damit wir auch gegenseitig sehen konnten, was die Anderen neues gelernt haben, gab es nach jedem Gerät eine kleine Vorzeigerunde. Alle haben mega Fortschritte gemacht!

Nach dem Training ging es ein letztes mal in unser "Mittags-Restaurant" wo wir zusammen Hawaii-Toast gegessen haben. Gleich danach sind wir auch schon zum Bahnhof gefahren um unseren Zug nach Hause zu nehmen.