

Lagerberichte Mals 2022

Sonntag: 10.04.2022

Sonntagmorgen in Amriswil war die Besammlung, und dort stand auch unser Car. Wir konnten eigentlich schnell abfahren, aber jemand hat sein Geldbeutel vergessen und musste kurz zurück, doch nach 10 Minuten traf die Person ein und wir konnten uns verabschieden von Amriswil, und dann hiess es ab nach Mals. Alle waren sehr aufgeregt und konnten es kaum abwarten. Nach etwa 4 Stunden waren wir angekommen. Alle waren ein bisschen erschöpft von der Hinreise. Doch wir mussten uns grad fertig machen für das Training. Dann sind wir zu einem Fussballplatz gelaufen dort haben wir zum Glück nicht so ein strenges Training, wir haben dort einfach ein paar Trainingsspiele gemacht. Nach dem ersten Training kehrten wir alle müde zurück in das Hotel. Dort gab es ein 5 Gänger und das Essen war mega fein. Nach dem Essen gingen wir alle zurück in unsere Zimmer, um 10 Uhr war Nachtruhe und mussten dann langsam schlafen gehen. Natürlich haben wir alle um 10 Uhr geschlafen 😊 –

Montag, 11. April 22

Heute war der erste Trainingstag auf der Rundbahn. Nach dem Einwärmen in einer Gruppe mit verschiedenen Übungen, haben wir mit den Disziplinen begonnen. Es standen Speer, Hammer und Start/ Sprint zu Verfügung.

Nach der Stärkung durch ein leckeres Mittagessen starteten wir wieder mit dem Einwärmen. Am Nachmittag führten wir die Disziplinen Diskus, Hürde und Hoch aus. Die Fortschritte waren zu sehen. Unser super Hochsprungtrainer Martin lernte den ukrainischen Hochsprungspringer kennen und war über glücklich.

Nach einem anstrengenden und schönen Tag machten wir uns wieder auf den Weg ins Hotel. Es folgte der feine Fünfgänger. Später spielten wir verschiedene Spiele und genossen den Abend.

Dienstag: 12.4.22

Am Morgen standen wir um 7:15 auf und hatten dann Morgensport. Nach dem Morgenessen gingen auch schon auf den Sportplatz runter. Da wärmten wir uns zuerst mit Jörg auf und dann ging es zu den Disziplinen. Es standen Hürden, Speer und Läufe zur Auswahl.

Um 12.00 gingen wir wieder ins Hotel und assen dort zu Mittag es gab Salat und Pasta.

Um 14.30 ging das Training wieder los. Dieses Mal stand Weit, Kugel und Rumpfstabilisation. Um 18:00 war das Training auch schon fertig und wir liefen wieder ins Hotel und assen dort das Abendessen es gab wieder ein 5 Gänger.

Nach dem Abendessen wurden noch die Trainings analysiert und dann gingen wir auch wieder schlafen

Mittwoch: 13.04.2022

Am Mittwochmorgen starteten wir mit Frühsport in Begleitung von Martin in den Tag. Nach dem Frühsport assen wir gemütlich unser Frühstück. Als wir mit dem Essen fertig waren gingen wir auf unser Zimmer und bereiteten uns für den Tag vor. Mit voller Motivation liefen wir zur Sportanlage in Mals. Als wir unten auf der Sportanlage ankamen wärmten wir uns selbstständig ein. Man hatte die Wahl zwischen Kugel, Speer und Hochsprung. Eine halbe Stunde vor Trainingsende standen noch die Läufe an. Mit müden Beinen verliessen wir den Trainingsplatz und hörten auf dem Heimweg ins Hotel Musik. Zum Mittagessen gab es Salat mit Tortellini. Nachdem feinen Mittagessen genossen wir unseren freien Nachmittag. Um drei Uhr gingen wir alle gemeinsam Eis essen. Danach ging jeder etwas anderem nach. Zum Abendessen gab es ein fünf Gang Menü. Im Hotel Tyrol liessen wir den Abend ausklingen.

Freitag: 15.04.2022

Ich erwache morgen früh noch vor dem Wecker. Meine Augen sind feucht und ich habe das Gefühl, im Schlaf geweint zu haben. Auch aus dem Badezimmer höre ich ein Schluchzen. Was mag das nur bedeuten?

Ich wasche mir das Gesicht und schaue mir in meine rötlichen Augen. Genau! Es ist schon wieder Freitag und damit bereits wieder der letzte Tag des Lagers. Deshalb wohl die Tränen. Tränen des Abschieds.

Zum Glück hat Martin auch für heute wieder Morgensport angesagt. So können wir den letzten Tag noch in vollen Zügen geniessen. Nach dem Frühstück packen wir bereits alles ein und verstauen unser Gepäck im Hotel Keller.

Heute im Training hat man die Qual der Wahl. Es wird Hoch, Hürde, Speer, Kugel, Weit und Diskus angeboten und man hat nur die Möglichkeit auf 3 der Disziplinen.

Wir essen heute ein wenig später zu Mittag als sonst, da der Car erst um 15:45 ankommt. Nach dem Mittagessen lädt uns Jörg noch alle zu einem Eis ein. Danke Jörg!

Pünktlich wie ein Schweizer Uhrwerk laufen wir Richtung Bushaltestelle. Man sieht wie die meisten noch einen Blick zurück Richtung Hotel wagen. Abschiedsblicke? Oder eher auf Wiedersehen?

Wir können plangemäss abfahren und haben auch unterwegs keine Zwischenfälle.

Zuhause angekommen habe ich gemischte Gefühle. Es freut mich Mami und Papi wieder zu sehen, doch vermisse ich bereits das Lager in Mals....