

## Trainingslager Samstag 16. September 2017- Sonntag 17. September 2017

Das diesjährige Trainingslager fand in unseren „eigenen vier Wänden“ statt. Wir trainierten in Brislach, in unserer Heimhalle. Am Samstagmorgen trafen wir uns alle in der neuen Halle zur Begrüssung und einem gemeinsamen Theorieblock. Anschliessend trainierte das Damen 1 und das Damen 2 Team getrennt in der neuen und der alten Halle. Nach einem schweisstreibenden Training am Samstagmorgen gab es Mittagessen. Da sich das Wetter von seiner sonnigen Seite zeigte, genossen wir die Spaghettis draussen auf dem Schulhausplatz. Nach dem Mittagessen war keine Zeit für einen Mittagsschlaf. Hinein in die nassen Knieschoner und die verschwitzten Turnschuhe und ab zum Training. Anschliessend an die Trainings und Strategiebesprechungen spielte das Damen1 einen Match gegen das Damen2 Team. Den ersten Trainingstag schlossen wir in der Unterkellerung mit Tischgrill und Raclette wozu alle Partner und Kinder der Teilnehmenden eingeladen waren. Es war ein geselliger und lustiger Abend.

Am Sonntagmorgen trafen wir uns wieder in der Unterkellerung zu einem reichhaltigen Frühstücksbuffet. Nach dieser Stärkung waren alle motiviert für das nächste Training. Auch das Training vom Vortag machte sich bei einigen bemerkbar. Zum Abschluss gab es nochmals ein Trainingsspiel zwischen den beiden Teams, wobei trainierte Spielzüge in die Praxis umgesetzt werden konnten. Nach dem Spiel war Zeit alles wieder an seinem Platz zu versorgen und nach Hause zu gehen.

Ein grosses Dankeschön an das Organisationsteam des Trainingsweekendes. Es war alles super geplant, wir wurden mit Essen verwöhnt und die Idee das Trainingslager in Brislach durchzuführen kam gut an.