

Gemeinsames Training 2023 gestartet...

Wie schon im vergangenen Jahr erfolgreich praktiziert, wollen die Leichtathletikvereine des äußersten Sachsens auch dieses Jahr ihre Zusammenarbeit weiter voranbringen.

Ziel ist nicht nur die vereinsübergreifende Betreuung unserer Sportlerinnen und Sportler bei Wettkämpfen, sondern auch das gemeinsame Erlernen von Techniken, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Leistungsverbesserung eines jeden Einzelnen in unserer vielseitigen und interessanten Sportart.

Es heißt ja schließlich: „Gemeinsam macht mehr Spaß“

Unter diesem Motto trafen sich deshalb am Aschermittwoch 30 Sportlerinnen und Sportler vom OSC Löbau, Europamarathon Görlitz, TSV Großschönau und der HSG Turbine Zittau in den Altersklassen U12-U18 sowie deren Trainer zum ersten gemeinsamen Training 2023 in der Hauptturnhalle Zittau. Unterstützung kam aus Dresden durch Trainer und neu ernannten Jugendkoordinator beim DSC Chris Wetzig. Hier nochmal danke an ihn, denn er gestaltete die kpl. Vormittag-Trainingseinheit, die sehr interessante und z.T. neue Elemente zu Dehnung, Lauf-ABC und Hürdenlauf beinhaltete.

Die Mittagspause hatten sich dann alle verdient und durch die Unterstützung der guten Küche des SFZ und der fleißigen Helferinnen und Helfer in Person von Ingrid Fritz, Ulrike und Michael Hiltcher waren am Ende alle satt und zufrieden.

Deshalb auch von Sportlern und Trainern ein Dankeschön an die Helfer-Crew.

In der Nachmittags-Trainingseinheit ging es nach einem kurzen Spiel und Schnelligkeitsübungen zur Aufmunterung nach der Pause, an die Hochsprungmatten. Auch da waren alle zielstrebig dabei, um Erklärtes in die richtige Bewegung umzusetzen.

Fazit:

Anstrengender aber lehrreicher Ferientag, an dem zum Schluss alle zufrieden nach Hause gegangen bzw. gefahren sind - und Lust auf weitere Veranstaltungen dieser Art wurde gesteigert.

M. Steinert

