

Trainingslager Davos 2015

Geschrieben von: Max, Annika, Charlotte
Montag, den 09. November 2015 um 10:20 Uhr



In den Herbstferien von Samstag dem 31. Oktober bis Mittwoch dem 4. November ging es für 33 Sportler und 8 Betreuer nach Davos, Schweiz in unsere neue Unterkunft: das Pfadiheim. Dieses liegt direkt im Zentrum Davos, neben der Eishalle und der Eislaufbahn, sowie dem Leichtathletikstadion.

Trainingslager Davos 2015

Geschrieben von: Max, Annika, Charlotte
Montag, den 09. November 2015 um 10:20 Uhr

Nachdem wir gegen Mittag ankamen, ging es nach einer kleinen Stärkung auf zur ersten Trainingseinheit um sich an die Luft in 1500 m Höhe zu gewöhnen. Abends gab es noch die Möglichkeit ein Eishockeyspiel der 1. Schweizer Liga des HC Davos anzuschauen.



Am Sonntag folgte dann eine Art Vereinsmeisterschaft mit verschiedenen Disziplinen im Stadion. Nachmittags wurde dann wieder in den Gruppen individuell trainiert.

Montags war dann Trainingspause. Diese wurde für eine Wanderung in den Davoser Bergen bei traumhaftem Wetter genutzt. Abgerundet wurde der Tag mit einem Schwimmbadbesuch.

Dienstag und Mittwoch war dann wieder Training angesagt. Dieses bestand dienstags aus einem Ausscheidungsrennen auf dem Golfplatz und noch aus lockerem Stadiontraining. Traditionell war am letzten Tag vor der Heimfahrt Training am Davoser See angesagt, welcher von den Athleten umrundet wurde.

Jeder Tag begann mit dem Frühsport, noch vor dem Frühstück wo auch der Tagesablauf besprochen wurde. Nach dem morgendlichen Training folgte ein kleines Mittagessen. Die hungrigen Athleten erwartete nach der 2. Trainingseinheit ein leckeres Abendessen, welches

Trainingslager Davos 2015

Geschrieben von: Max, Annika, Charlotte
Montag, den 09. November 2015 um 10:20 Uhr

von unserem Küchenteam um Ulli, Emse und Ronja zubereitet wurde. Unterstützt wurde das Küchenteam abwechselnd von den Athleten. Die Abende wurden mit gemeinsamen Spielen verbracht. Die restliche freie Zeit konnten wir für verschiedenste Aktivitäten wie Fußball, Basketball, Tischtennis oder Schlittschuhlaufen nutzen. Mit der Rückreise am Mittwochnachmittag war das Trainingslager auch schon vorbei.



Trainingslager Davos 2015

Geschrieben von: Max, Annika, Charlotte
Montag, den 09. November 2015 um 10:20 Uhr



Trainingslager Davos 2015

Geschrieben von: Max, Annika, Charlotte
Montag, den 09. November 2015 um 10:20 Uhr



Trainingslager Davos 2015

Geschrieben von: Max, Annika, Charlotte
Montag, den 09. November 2015 um 10:20 Uhr

