

# Trainingswoche

## Mädchen- & Jugendriege

---



Es begann am Montagnachmittag. Es war schönes Wetter und sehr warm, entsprechend fanden das Einturnen und die Leichtathletiklektionen im Freien statt. Wir haben Stafetten gemacht und dabei hatten wir viel Spass. In der Pause gab es leckeren Kuchen. Nach der Pause ging es weiter mit Zielwurf und Hochweitsprung. Und dann war der erste Tag schon wieder vorbei. Am Dienstag spielten wir Jägerball. Nach der Pause haben wir eine Velotour gemacht und waren auf dem Pumptrack. Das Wetter war auch gut. Am Mittwoch hatten wir eine Stunde Airtrack. Danach gingen an den Fitnessparcour und an den Weitsprung. Ausserdem durften die Jungs aufs Trampolin. Es gab in der Pause leckeren Kuchen. Ebenso hatten wir noch Unihockey. Am Donnerstag war der Spielenachmittag. Wir haben viele Stafetten gemacht, bei denen es ein Preis gab. Dann gab es verschiedene Völks. Die Mädchen durften aufs Trampolin und zum Abschluss spielten wir ein Burgen-Völk.

Noemi Breiter

Am Freitag in der Leichtathletik wärmten wir uns mit einem Fangen auf. Dann machten wir zwei Gruppen. Die eine Gruppe ging zuerst zum Zielwurf. Dort machten wir zuerst eine kleine Stafette, in der es auch ums Zielen ging. Danach ging es mit dem Werfen nur so los: Wir rannten und warfen die Tennisbälle durch die Luft. Dann wechselten wir zum Hochweitsprung: Dort waren wir nicht so gut, wir kamen höchstens über 1.05 m.

Dann war endlich grosse Pause: Es gab Muffins und Kuchen, dazu Citro und Rivella.

Nach dem Essen gab es, weil es regnete, zwei Programmvarianten. Variante 1 war der Velo-OL: Dort musste man in Gruppen durchs Dorf fahren und Aufgaben lösen. Variante 2 war in der Turnhalle Spiele spielen. Wir spielten eine Runde normales Alle und eine Runde amerikanisches Alle und zum Schluss Mattenfussball.

Als die anderen Kinder vom Velo-OL zurückkamen, gab es Pizza und viele verschiedene Getränke.

Es war eine tolle Trainingswoche. Vielen Dank an die Leiterinnen und Leiter für eure Zeit.

Alexia Wuggenig