

Turnhalle war für eine Woche das Zuhause

Trainingslager der TV-Turnerinnen – Viel Abwechslung war geboten

Geiselhöring. (aha) Schon seit mehreren Jahren organisieren die Verantwortlichen der TV-Turnerinnen-Riege in den Sommerferien ein einwöchiges Trainingslager in der Labertalhalle in Geiselhöring. Dieses Mal nahmen neben den Geiselhöringer Mädchen auch Turnerinnen aus Ingolstadt, Mallersdorf-Pfaffenberg, Regensburg und Markt Schwaben daran teil. Außer den sechs Trainingseinheiten zur gezielten individuellen Steigerung der sportlichen Leistungen gab es täglich auch ausreichend Zeit für Unterhaltung und musische Betätigung, sodass bei den kleinen und größeren Teilnehmerinnen nie Langeweile aufkam.

Monika Stadler als Hauptverantwortliche hatte zusammen mit ihrem Team Julia Koch, Angela und Tanja Lichtenegger, Leni Plank und Simone Rothmayr das Trainingscamp vorbereitet. Dabei mussten nicht nur die vielen Geräte und Matten in der Dreifachturnhalle für die gemeldeten sechzig Teilnehmerinnen im Alter von 5 bis 17 Jahren aufgebaut beziehungsweise entsprechend abgesichert werden, sondern auch in Nebenräumen der Halle Platz zum Übernachten der Mädchen und der 15 Trainer und Betreuungspersonen geschaffen werden. Während das tägliche schmackhafte und abwechslungsreiche Frühstück die Helfer für die Kinder selbst zubereiteten, lieferten ein örtliches Catering-Unternehmen und die Familie einer teilnehmenden Turnerin das Mittag- und das Abendessen. Für ein buntes Salatbuffet, Obst und Gemüse gegen den Hunger zwischendurch sorgten hilfsbereite Eltern von Teilnehmerinnen.

Im Mittelpunkt des Trainingslagers stand klar die Verbesserung der sportlichen Leistung in den klassischen Wettkampfdisziplinen Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden. Aber auch am Reck wurde eifrig geturnt. Flick-Flack, verschiedene Saltos, Schrauben, Überschläge, unterschiedliche Formen von Kippen, Riesenfelge oder der berühmte Tsukahara-Überschlag am Sprunggerät waren beispielsweise Trainingsinhalte in den jeweiligen Turnbereichen. Zur Vorbereitung von Akrobatikelementen stand ein Trampolin zur Verfügung. Um den Einzelteilen der Bodenturnübung eine noch stärkere Ausdruckskraft zu verleihen und sie harmonisch zu verknüpfen, wurden tänzerische Gestaltungsmöglichkeiten aufgezeigt. Dass die Turnerinnen in allen Disziplinen fachgerecht angeleitet wurden, dafür sorgten fünf Trainer vom MTV Ingolstadt und sechs vom TV Geiselhöring. Franz Skupin, der Tanzsporttrainer und Landesbeauftragte für Jazz- und Modern Dance, leitete die Trainingseinheiten in seinem Fachbereich, während sich Torsten Oehl vom TV Markt Schwaben am Trampolin um die Turnerinnen kümmerte.

Der Tagesablauf begann mit einem Morgenspaziergang und dem Frühstück. Die sechs täglichen Trainingseinheiten waren auf Vormittag und Nachmittag verteilt. Jeder Übungsblock wurde mit einer ausgiebigen Aufwärmphase eingeleitet, um die Verletzungsgefahr zu minimieren. In den Zeiten zwischen dem Training sorgte ein buntes Programm für Abwechslung. Gemeinsames Singen, Gemeinschaftstanz, Basteln von Tierlaternen oder Gestalten von Vereinsfahnen oder das Modellieren mit Luftballons begeisterten die Turnerinnen. Ein gemeinsamer Freibadbesuch, ein Grillabend und eine Nachtwanderung trugen zur Erholung vom anstrengenden Training ebenso bei wie Tischtennis, Fußball, Tennis, Völkerball oder andere Ballspiele. Ein besonderes Erlebnis war natürlich täglich das gemeinsame Übernachten in den Nebenräumen der Mehrzweckhalle.

Am letzten Vormittag des Trainingscamps kamen auch viele Eltern zur Abschlussveranstaltung, bei der die Teilnehmerinnen unter anderem einen fetzigen Showtanz, den sie unter Anleitung des Tanzlehrers gemeinsam einstudiert hatten, vorführten. Danach ging es ans Abschiednehmen, das manchen wegen der zwischenzeitlich neu geschlossenen Freundschaften teilweise dann gar nicht so leicht fiel. Für das Organisationsteam um Monika Stadler vom TV Geiselhöring war dies aber ein Beweis, dass sie wirklich gute Arbeit bei der Vorbereitung und Durchführung dieses Trainingscamps für die Turnmädchen geleistet hatten. Im nächsten Jahr soll es wieder so eine Veranstaltung geben.

Bilder:

Das gemeinsame Aufwärmen zur Verringerung der Verletzungsgefahr machten Kleine wie Große mit.



Dass die Turnerinnen jede Menge Spaß hatten, merkt man an ihren strahlenden Gesichtern.



Eine gehörige Portion Mut und Körperbeherrschung erfordert die Riesenfelge am Reck.



Die Teilnehmerinnen freuen sich mit ihren Betreuerinnen und Betreuern über das erfolgreiche Trainingslager.

