

Laudenbachs Volleyballer sind für die bevorstehende Saison gut gerüstet:

Trainingslager in Winterberg zum Abschluss der Vorbereitung

(wb) Die Fahrt nach Winterberg im Sauerland hat für die Volleyballer der TG Laudenbach inzwischen schon Tradition. Nicht nur zur alljährlichen Tannenbaumaktion kurz vor Weihnachten, sondern seit mehreren Jahren auch zum Trainingslager am letzten Wochendende der Sommerferien macht sich ein Teil der Abteilung am späten Freitag Nachmittag auf den Weg. Mit 28 Teilnehmern war es diesmal eine so große Gruppe, dass die Skihütte des Skiclub Bochum in Winterberg komplett gebucht werden konnte. Besonders erfreulich war die große Zahl der U13 Spielerinnen und Spieler, die mit 10 Teilnehmern sogar die größte Gruppe stellten, gefolgt von den U16 Spielerinnen und einem Teil der Damenmannschaft mit jeweils 7 Teilnehmern. Am Freitag Abend stand nach dem Ankommen als erstes Zimmer (und vor allem auch Betten) beziehen auf dem Programm. Nach dem gemeinsamen Abendessen gab es dann für die Damen noch ein kurzes Teamgespräch, bevor auch sie zu dem von den Jüngeren bereits eingeläutetem gemütlichen Teil des Abends übergingen.

Erster Trainingstag am Samstag

Der Samstag stand dann ganz im Zeichen des Sports. Nach einem kurzen Morgenlauf startete man gegen 10 Uhr dann mit dem Training in der Halle. Einem gemeinsamen Aufwärmen aller Teilnehmer folgte das Stationstraining. Durch die 4 anwesenden Trainer wurden in kleinen Gruppen die Volleyball Grundtechniken Baggern, Pritschen, Aufschlag und Angriff intensiv trainiert und verfeinert, bevor dann in den einzelnen Mannschaften grundlegende Spielzüge, der Spielablauf und das Zusammenspiel trainiert wurde.

Nach einer gemeinsamen Mittagspause vor der Halle (mit einem reichhaltigen Buffet aus verschiedenen MitbringseIn) nahm man am Nachmittag das Training wieder auf. Ein Spiel der Trainer gegen eine Auswahl aus Damen und U16 beschloss den Tag in der Halle gegen 16:00.

Begrüßte uns der Vormittag noch mit typisch Sauerländer-Wetter, strahlte uns dann am späten Nachmittag die Sonne entgegen, so dass dem Ausflug zur Erlebnisbrücke

nichts im Wege stand. Mit großer Begeisterung genoss man entweder die schöne Aussicht oder nutzte die Kletterstationen in luftiger Höhe, bevor am Ende der Brücke eine lange Rutsche (und leider auch 109 Stufen nach oben) wartete - ein schöner Abschluss des sportlichen Teils des Samstags. Auch der gemütliche Teil kam natürlich nicht zu kurz. Nach einem leckeren Abendessen vom Grill wurden die mitgebrachten Spiele ebenso wie der vorhandene Tischkicker noch ausgiebig genutzt.

Zweiter Trainingstag am Sonntag

Der Sonntag wurde wieder mit dem Morgenlauf begonnen. Nach anfänglichem Murren merkte man doch schnell wie sich die Muskeln lockerten und die kleine Runde wieder Lust auf Bewegung weckte, so dass man um 10 wieder pünktlich in der Halle stand und nochmal 2 Stunden intensiv trainieren konnte. Den sportlichen Abschluss des Wochenendes krönte ein Schleifchenturnier, bei dem jeder der Teilnehmer in wechselnden Teams mindestens ein Spiel gewinnen konnte und somit eines der begehrten Bändel an seinen Schuhen befestigen durfte. Gegen 17:00 erreichte man dann wieder die Bergstraßenhalle in Laudenbach, wo die Eltern schon darauf warteten ihre Kinder müde - aber zufrieden - nach 48 Stunden wieder in die Arme schließen zu dürfen.

Herrenteam bestreitet erfolgreiches Trainingsspiel in Walldorf

Das daheim gebliebene, neu formierte Herren-Team war ebenfalls fleißig und absolvierte am Sonntag ein Trainingsspiel in und gegen Walldorf. Die Aufstellung und Laufwege waren von allem Spielern trotz nur weniger Trainingseinheiten so sicher verinnerlicht, dass trotz Experimenten mit unterschiedlichen Systemen und Besetzungen jeder der fünf gespielten Sätze gewonnen werden konnte.

Mit großer Zuversicht in die neue Saison

Insgesamt war es also ein erfolgreiches Wochenende für die Volleyballer, die dem Saisonstart entgegenfiebern. Den Anfang machen am 25.09.2021 die Jugend-Teams die mit der U13 männlich und zwei U13 weiblich sowie der U20 auf den für Viele allerersten Spieltag fahren. Die Erwachsenen-Teams der Damen, Herren und Mixed starten dann im Oktober in die jeweilige Runde.