

## **Nachwuchs bereitet sich auf der 50 m Bahn in Ingolstadt auf die Württembergischen Meisterschaften vor**

Wir Schwimmer waren vom 24.04-28.04 auf dem Trainingslager in Ingolstadt und trainierten dort auf der nagelneuen 50m Bahn.

Kinder und Jugendliche innerhalb der Jahrgänge 09 bis 02 kamen mit zwei Trainingseinheiten pro Tag à 120min auf insgesamt 20 Stunden und 45 Schwimmkilometer. Ein abwechslungsreiches Training mit viel Technik, Koordination und harten Tests ermöglichte es uns deutlich zu verbessern, um uns für die kommenden, höheren Wettkämpfe zu qualifizieren.

Zusätzlich zu den Schwimmtrainings kamen dann noch Faszientraining und Laufeinheiten. Von der Jugendherberge Ingolstadt wurden wir herzlichst begrüßt. Die großen Mehrbettzimmer ließen uns als Mannschaft noch mehr zusammenwachsen, sowie der Mittelaltermarkt den wir trotz Regen und kaltem Wind, Musik und Essen genossen haben.

Mit einem müden Körper und einem fetten Grinsen im Gesicht beendeten wir das Trainingslager und freuen uns auf die zukünftige Trainingseinheiten und Wettkämpfe. Wir danken unserer Trainerin Petra König für das abwechslungsreiche, anstrengende Training, unserem Betreuer und Lauftrainer Mirko Poness, unseren Eltern die uns das Trainingslager erst ermöglichten und der Bodensee Apotheke, die unsere Trainingslager T-Shirts gesponsert hat.

