

Schwimmverein Friedrichshafen absolviert erfolgreiches Trainingslager in Lignano

In den Herbstferien nahmen die Leistungsschwimmer des Schwimmvereins Friedrichshafen an einem intensiven Trainingslager in Lignano teil. Unter der Leitung von Trainer Manuel Rolfes bereiteten sich die jungen Schwimmerinnen und Schwimmer auf die bevorstehenden Wettkämpfe, insbesondere auf das Langstrecken-Event in Konstanz, das Hohentwiel Schwimm-Festival und den Deutschen Mannschaftswettbewerb Schwimmen vor. Das besondere an diesem Trainingslager war, dass unsere Athleten auf der 50m Bahn trainieren durften, auf der auch die wichtigsten Wettkämpfe der Saison stattfinden.

Die Reise nach Lignano, einer beliebten Küstenstadt an der italienischen Adria, begann in Kleinbussen. Dank der Unterstützung der Begleitpersonen Manfred Köder und Francisca Weber verlief die Anfahrt reibungslos und die Gruppe konnte sich direkt in die sportliche Herausforderung stürzen. Ziel des Trainingslagers war es, die konditionellen Grundlagen zu stärken, Technik zu verbessern und das Teamgefühl zu fördern.

Jeden Tag standen sowohl Wasser- als auch Krafteinheiten auf dem Programm. Die Trainingseinheiten waren intensiv, aber durch die professionelle Anleitung von Trainer Manuel optimal auf die Bedürfnisse der Athleten abgestimmt.

Neben den anspruchsvollen Trainingsplänen gab es auch Raum für gemeinschaftliche Erlebnisse. Ein Höhepunkt war der gemeinsame Ausflug ins nahegelegene Bibione, wo die Gruppe einen erholsamen Mittag verbrachte. Naheliegender Sportresidenz befand sich außerdem das Meer und eine große Beachvolleyballanlage, wo die meisten Nachmittage verbracht wurden.

Das Trainingslager war für die Schwimmer und das gesamte Team ein wertvolles Erlebnis. Neben den sportlichen Fortschritten nahmen die Schwimmer viele positive Eindrücke und ein gestärktes Gemeinschaftsgefühl mit nach Hause. Die Trainer und Begleitpersonen betonten, wie wichtig solche gemeinsamen Erlebnisse für den Teamzusammenhalt und die Motivation sind.

Das Team kehrte voller Vorfriede auf die anstehenden Wettkämpfe nach Friedrichshafen zurück. Dank der intensiven Vorbereitung und des gestärkten Teamgeists blicken die Schwimmerinnen und Schwimmer optimistisch auf die kommende Saison und freuen sich auf die Herausforderungen, die vor ihnen liegen.

An dieser Stelle gilt ein großes Danke allen, die an der Organisation des Trainingslager mitgewirkt haben und ohne die es nicht hätte stattfinden können. Vorallem Manuel, Manne und Franci, die ihren Urlaub für unsere Athleten opferten und alles gaben um ihnen eine schöne Zeit zu ermöglichen.