



<https://biz.li/41on>

LEICHTATHLETIK: CAMP BRINGT GROSSEN SPASS UND HÄLT FIT

Veröffentlicht am 19.04.2022 um 11:55 von Redaktion LeineBlitz

Fährt man in Coronazeiten auf ein Leichtathletik-Camp oder trainiert man lieber zu Hause? Nach vielen Diskussionen, Planänderungen und Überlegungen sollten die U16 und U18 Athletinnen und Athleten des TKJ Sarstedt trotz allem die Möglichkeit zur Teilnahme an einem fünftägigen Leichtathletik-Camp bekommen. Mit dem Sonderprogramm "Startklar in die Zukunft - Sport und Bewegungscamps" des Landessportbundes Niedersachsen wurden zudem finanzielle Mittel dankenswerter Weise zur Verfügung gestellt, die zusätzliche Sportprogramme für Kinder und Jugendliche aufgrund vieler (vergänger) Covid-19-Einschränkungen fördern. Teilgenommen am Leichtathletik-Camp in Meppen haben vom TKJ Sarstedt vier junge Leichtathletinnen und zwei Leichtathleten zwischen 14 und 17 Jahren, die im Nachhinein diese Zeit zur besten Sportfreizeit überhaupt kürten. Neben den täglichen Trainingseinheiten am Vor- und Nachmittag, wurde sich auch in der Freizeit sportlich



Der Kneip- und Barfußpfad schärft die Sinneswahrnehmung der jungen Sarstedter während ihrer Leichtathletikfreizeit in Meppen. Mit dabei: Neele Hebel, Charlotte Dörrie, Lucie Knaust, Mavie Bösel, Luca Willig und Maximilian Hass (von links nach rechts).

betätigt. Tischtennis oder Tischkicker-Turniere am Abend, Volleyballspielen in den Mittagspausen, immer blieben die sechs Sarstedter und ihr Trainer in Bewegung. Trainingsschwerpunkte waren unter anderem das Üben von Staffelwechsellern, Sprinttechnik und das Verfeinern der Techniken in den Wurfdisziplinen Speer, Diskus und Kugelstoßen. Dass eine geplante Kanutour auf der Ems und Hase aufgrund von Hochwasser abgesagt werden musste, tat der Stimmung aber keineswegs einen Abbruch. Stattdessen wurde der Kneip- und Barfußpfad auf dem Gelände der Meppener Jugendherberge an der Koppelschleuse begangen und die dort ebenfalls entdeckten Trimmgeräte ausprobiert und auf ihre Tauglichkeit getestet. Die An- und Abreise erfolgte mit dem Zug. Nach fünf Tagen erreichte die kleine Gruppe überaus glücklich, aber auch ziemlich müde den Sarstedter Bahnhof. Doch gleich am nächsten Tag waren alle wieder beim regulären Trainingstermin auf dem Sportplatz erschienen, denn die Motivation, der Spaß an der Leichtathletik und das Mannschaftsgefühl sind durch diese Fahrt schon jetzt spürbar gestiegen. Im nächsten Jahr soll es wieder eine Leichtathletikfahrt nach Meppen geben, denn die Unterkunft, die Sportanlagen und das gesamte Gelände der Jugendherberge sind optimal dafür geeignet.