



<https://blz.li/4c63>

# TSV-SCHWIMMER BEREITEN SICH IM TRAININGSLAGER OPTIMAL AUF DIE MEISTERSCHAFTEN VOR

Veröffentlicht am 05.04.2016 um 13:25 von Redaktion LeineBlitz

Das Trainingslager der Schwimmsparte des TSV Pattensen ging dieses Jahr in die Landessportschule Osterburg. Eine Woche lang wurden den Sportlern Top-Leistungen abverlangt. . Mit sieben Stunden Training am Tag, was sowohl Laufen, Trockentraining als auch Wassereinheiten beinhaltete, war es, wie die 26 Aktiven sagen würden, das belastendste Trainingslager, das sie bisher hatten. Das Training wurde abwechslungsreich von den drei Trainern Maren Glenewinkel, Steffi Lemmer und Jan Ellrott gestaltet. Mit vielen Spielen, Koordinationsübungen, Lauftraining und Tests waren die Sportler voll ausgelastet. Durch Videoanalysen von Top-Schwimmern wurde der Ehrgeiz der Jugendlichen erweckt. Aber auch in gemeinsamen Spielen, einer Bowling- und Kegelstunde sowie mehreren Aprilscherzen wuchsen die Sportler enger zusammen.

Dennoch blieben Muskelkater, Krämpfe und gequälte Gesichter nicht aus. Die Jugendlichen sind über ihre Belastungsgrenzen hinausgewachsen. Sowohl Kleine wie auch Große waren in den Pausen nur noch zum Schlafen bereit und das frühe Aufstehen verstärkte dies noch mehr. Doch sie gaben nicht auf, denn ihr Motto war: "Einer für alle und alle für ein Ziel", wofür sie tapfer bis zum Schluss große Fortschritte machten. Das alles diente der Vorbereitung auf kommende Landes- und Norddeutsche-Meisterschaften. Abschließend sind die Aktiven jetzt auf einem guten Wege, bei den Landesmeisterschaften abzuräumen und weiterhin Top-Leistungen zu erzielen.



**Volle Kraft voraus: Die Aktiven des TSV Pattensen haben im Trainingslager gut gearbeitet und sind gut vorbereitet für die bevorstehenden Meisterschaften.**