



Outdoor Trainingswoche Sommer 2013

der Nachwuchsvolleyballerinnen Böheimkirchen



Von 26. August bis 1. November absolvierten die U13/U15/U17-Mädels ein Trainingslager in Böheimkirchen.

20 Jugendliche im Alter von 12 bis 17 haben den Start in die neue Saison gewagt und trainierten die ganze Woche täglich mindestens 6 Stunden.

Die ersten Erfolgserlebnisse stellten sich sehr bald ein und alle waren erwartungsgemäß höchst motiviert mit viel Ehrgeiz und Engagement bei der Sache.

Nicht zu übersehen waren weitere Schritte nach vorne. Eine Woche intensives Training geht nicht ohne Spuren zu hinterlassen von statten.

Neben dem ungeliebten Muskelkater waren technische Fortschritte, besonders bei den jungen U13 Spielerinnen in den Bereichen Aufschlag von oben, Serviceannahme und Feldverteidigung die Folge.

Auch die arrivierteren Spielerinnen zeigten ihren Willen sich zu verbessern und arbeiteten hart an ihren Angriff- und Servicefähigkeiten, sowie dem mannschaftlichen Komponenten wie Zwischenspiel im Feld und Teamgeist.



Natürlich durfte der Spaßfaktor nicht zu kurz kommen und die Freude an der Bewegung war wie immer undenkbar groß.

Zum Beweis gibt es hier einige Fotos.

Neu am Trainingslager war, dass draußen trainiert wurde und uns daher 2 Spielfelder zur Verfügung standen. Vielen Dank gilt den **Faustballern von BÖHEIMKIRCHEN**, die uns ihren Rasenplatz zur Verfügung stellen.

