



Hatten viel Spaß und haben noch mehr gelernt: Die 41 Mädchen aus den Mannschaften der C-, B- und A-Jugend. Nach ihrem Aufenthalt in der Sportschule in Albstadt/Tailfingen sind die Teams noch näher zusammengewachsen.

TSV Birkenau: Drei Jugendmannschaften besuchen Sportschule in Albstadt/Tailfingen / 41 Mädchen und sechs Betreuer mit von der Partie

Teams wachsen weiter zusammen

BIRKENAU. Bereits zum siebten Mal besuchten die Jugendmannschaften des TSV Birkenau die Sportschule in Albstadt/Tailfingen, um ihr jährliches Trainingslager zu absolvieren. 41 Mädchen und sechs Betreuer nahmen daran teil. Die drei mitgeriesten Mannschaften (C-, B- und A-Jugend) absolvierten nach dem Mittagessen jeweils ihre ersten Trainingseinheiten in den Sporthallen und auf der sogenannten Finnenbahn. Zum Abschluss des ersten Tages nutzten die Mädchen und Trainer die Möglichkeit, sich im schuleigenen Schwimmbad von den Strapazen zu erholen.

Am nächsten Tag hieß es für die B- und A-Jugend-Mannschaften „Action in der Sporthalle“ und so war die nächste Trainingseinheit angesetzt. Die C-Jugend nahm in

dieser Zeit die sozialpädagogische Arbeit des Mentaltrainers Udo vom Haus Nazareth wahr und genoss mehrere Stunden die professionellen Teambuildingmaßnahmen mit verschiedenen Gruppenspielen – faszinierend dabei, wie sich innerhalb nur weniger Minuten eine Mannschaft auf so besondere Art und Weise formt und positiv verändert. Die A- und B-Mädels standen am späten Nachmittag dann noch der A-Jugend der JSG Balingen/Weilstetten gegenüber und konnten verschiedene Konstellationen ausprobieren. Bei einer Zumba-Stunde Abschluss im Schwimmbad ging schließlich der zweite Trainingslager-Tag zu Ende.

Am Samstag ging es für die beiden älteren Jahrgänge an einen Bag-

gersee, wo sie in zwei Gruppen geteilt ein Floß bauen mussten. Auf dem Wasser mussten noch einige schwere Aufgaben bewältigt werden, darunter beispielsweise der Austausch eines der angebrachten Schwimmreifen. Die Teams bewältigten die Aufgaben bravourös. Zurück in der Unterkunft trafen die Floß-Bauerinnen dann beim Kaffeetrinken auf die C-Jugend und tauschten Erlebtes aus, denn auch die jüngsten Teilnehmer hatten einen spannenden Vormittag inklusive Trainingseinheiten und zielführenden Gesprächen für die kommende Runde hinter sich.

Der letzte Abend steht immer traditionell im Zeichen der Gruppenspiele. Drei A-Jugend-Spielerinnen hatten einen Spieleabend vorbereitet und brachten die Mädchen


schnell in Aufruhr, denn die erste Aufgabe bestand darin, mit einem Apfel, einem Pfund Nudeln und einer Packung Vanillepudding-Pulver in 45 Minuten ein „perfektes Dinner“ für die Jury zuzubereiten.

Es folgten Themenspiele, bei denen die einzelnen Gruppen in kürzester Zeit TV-Shows wie „Wetten dass ...?“, „Das Supertalent“ und „Das perfekte Promi-Dinner“ nachstellen mussten.

Am Abreisetag wurden die letzten Trainingseinheiten absolviert. Vor der Abreise wurde es dann noch ein letztes Mal spannend. Denn die Olympischen Spiele hatten in Albstadt Einzug gehalten und so kämpften die in einzelne Nationen aufgeteilten Mädchen um „Olympisches Gold“. Diskuswerfen, Kugelstoßen, Staffellauf, Pistolenschie-

ßen und die Schwimmstaffel sorgten für viel Spaß. Gebührend wurden die drei Gewinnerteams mit Medaillen und Nationalhymne gefeiert.

In diesem Jahr standen also neben den handballspezifischen Einheiten auch viele mentale Stunden auf dem Trainingsplan, denn gerade die Förderung der Jugendlichen ist den Verantwortlichen des TSV Birkenau besonders wichtig. Das Zusammenwachsen aller Teams war deutlich zu sehen und spüren – ein Konzept, an dem man auch in Zukunft weiter festhalten wird.

 **Fotos vom Trainingslager und weitere Informationen zur weiblichen Handballabteilung des TSV Birkenau auf www.damenhandball.tsvbirkenau.de.**