



Muskelkater made in Morschach

23.06.2018

Erstellt am 03.05.2017 10:38 von Brügger Pascal

Wie bereits im Jahr zuvor fand auch das diesjährige Trainingslager vom letzten verlängerten Wochenende im Swiss Holiday Park in Morschach statt. In diesen nur knapp drei Tage erwartete uns ein sehr abwechslungsreiches Programm.

Zwar mussten wir diesmal aufgrund der geringeren Teilnehmerzahl auf ein eigentliches Faustballtraining verzichten, uns boten sich aber wie immer genügend Alternativen mit Squash, Volleyball, Badminton, Kletterwand und einem Seilpark mit spektakulärer Aussicht über den Vierwaldstättersee.

Spätestens nach dem zweiten Tag machte sich bei einigen doch der eine oder andere Muskel schmerzhaft bemerkbar, auch wenn es manchmal nur das Zwerchfell war.

Doch auch die Entspannung und das Essen kamen in dieser Zeit nicht zu kurz, es gab zwischen den Einheiten genügend Zeit, draussen ein wenig Sonne zu tanken oder den Bad/Wellnessbereich der Anlage zu geniessen und im Restaurant wurde nach einem anstrengenden Tag auch der grösste Sportlerhunger gestillt.

Das Abendprogramm gestalteten wir dann selbst, Bowlingbahnen und Dartscheiben standen ja genug zur Verfügung. Und so entstand ein guter Ausgleich zwischen teils sehr intensiven Trainingseinheiten, gemeinsamen Mittag - und Abendessen und Freizeit zur Entspannung.

Trotz der geringen Teilnehmerzahl wurde es ein gelungenes Trainingswochenende und für alle war etwas dabei.

An dieser Stelle ein grosses Dankeschön an Simone Hofer für die erneute super Organisation und natürlich auch an die treuen Mitglieder unseres Fanclubs, die uns wieder mit ihren Beiträgen unterstützt haben.

News online lesen ...