

# Bericht

## 11. Pfingsttrainingslager

### 2024

Ein Bericht von Lukas Keller



Einleitung

Vom 17. Mai bis zum 20. Mai 2024 fand das elfte SV Motor Mickten Pfingsttrainingslager in der Sportpension Dresden statt. An dem Trainingslager nahmen 14 Jugendliche/Kinder im Alter von 7 bis 17 Jahren und drei Trainer teil. Das Trainingslager hatte wieder neue Attraktionen, wie Fußballgolf zu bieten.

Freitag

Der offizielle Start in das Trainingslager war von 16 bis 17 Uhr. In diesem Zeitraum konnten die Kinder anreisen. Nachdem alle Spieler ihre Zimmer bezogen hatten, trafen wir uns im Seminarraum. Dann gab es den Trainingslagerfilm vom letzten Jahr und wichtige Belehrungen für das Trainingslager. Bevor die Spieler in die Freizeit konnten, mussten alle Spieler noch ihre Sachen für den nächsten Tag packen. Anschließend haben wir gegrillt, Fußball und Ball über die Leine gespielt. Nach dem Abendessen stand die Teamaufgabe an. Es folgten die Spiele: Mienenfeld, das perfekte Quadrat und Decke wenden. Mittlerweile ist es schon dunkler geworden und die Spieler entschieden sich noch ein paar Runden Verstecken im Dunklen zu spielen. Damit ging der Ankunftstag dem Ende hingenen.



Warten auf die Spieler



Belehrung und Film schauen



Gestaltung Dankes-T-Shirt



Grillen



Teamaufgabe



Teamaufgabe



Teamaufgabe



Teamaufgabe



Gewinner Teamaufgabe

## Bericht 11. Pfingsttrainingslager 2024

### Samstag

Pünktlich um 7 Uhr gab es ein reichhaltiges Frühstück und anschließend ging es auf den Weg zur Halle. In der Halle vom SV Motor Mickten-Dresden e.V. angekommen, gab es die erste Trainingseinheit mit Alexander Flemming. Der Zweitligaspieler brachte den Spielern einige neue Übungen bei und einige Spieler kamen ins Schwitzen. Es war eine sehr schöne Trainingseinheit und sie hat allen sehr viel Spaß bereitet. In der Mittagspause verspeisten alle das von Ronny vorbereitete Essen und fragten Alexander aus. Nach der Stärkung ging es in die nächste Trainingseinheit mit Unterschnitt. Als letzte Trainingseinheit gab es noch einige Mannschaftsturniere für die Mannschaftswertung. Anschließend wurde das alljährliche Kegeln im Wettbewerb gespielt und es kam zu knappen Ergebnissen. Als die Ersten mit dem Duschen fertig waren, ging es los die handgemachten Pizzen zu belegen. Parallel dazu fand der Aufbau für den Filmabend statt. Nachdem im Sportcenter von Motor Mickten-Dresden e.V. die Filme endeten, ging es am späten Abend zurück in die Sportpension. An diesem Abend waren alle Spieler müde und es kehrte schnell Ruhe ein.



Frühstück



Trainer beim Frühstück



Auf dem Weg zur Halle



Vorbereitung Gruppenfoto



Trainingseinheit mit Alex



Mittagessen



Austausch mit Alex



Fliegenklatschen-Unihockey



Training



Vorbereitung Vespersnack



Teamspiel 4vs4



Teamspiel Bälle raus

## Bericht 11. Pfingsttrainingslager 2024



*Kegeln*



*Kegeln*



*Gewinnerteam Kegeln*



*Pizza backen*



*Filmeabend*



*Heimweg*

## Sonntag

Am Sonntagmorgen stand nach dem Frühstück eine Trainingseinheit mit Topspin / Flip und einem Blitzturnier auf dem Plan. Frisch geduscht saßen alle Spieler beim Mittagessen und haben es sich schmecken lassen. Direkt nach dem Mittag haben wir uns auf den Weg nach Ottendorf-Okrilla gemacht. Wir hatten sehr Glück das wir an dem Nachmittag vom Regen verschont geblieben sind. Danach ging es eine halbe Stunde zu Fuß zum Fußballgolf. Beim Fußballgolf zeichnete sich in den einzelnen Gruppen ein Kopf an Kopffrennen ab. Bei den Großen gewann Hannes knapp und bei den Kleinen Lina. Herzlichen Glückwunsch. Direkt danach machten wir uns auf den Weg nach Dresden zum Döneressen. Am Neustädter Bahnhof angekommen verspeisten alle ihren Döner oder Dürüm. Damit war der Tag noch nicht vorbei. Angekommen in der Sportpension gab es noch ein paar Spiele im Dunklen: Ball über die Leine und Fußball. Dabei haben alle Spieler Leuchtstreifen getragen und es wurde mit einem leuchteten Ball gespielt. Während die Kleinen schlafen gingen, spielte der Rest noch ein paar Runden Verstecken bevor auch da die Müdigkeit nach diesem ereignisreichen Tag zuschlug.



*Brennball*



*Topspin Übung*



*Mittagessen*



*Weg zum Fußballgolf*



*Trainingslagervideo vorbereiten*



*Fußballgolf*

## Bericht 11. Pfingsttrainingslager 2024



Fußballgolf



Fußballgolf



Gewinner Fußballgolf



Gruppenfoto Fußballgolf



Rückweg in die Stadt



Abendessen



Vorbereitung Nachtspiele



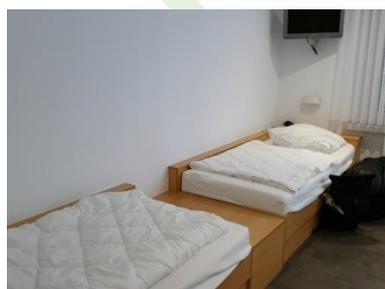
Vorbereitung Nachtspiele



Nachtspiel – Ball über die Leine

## Montag

Am letzten Tag mussten nach dem Frühstück die Zimmer geräumt werden, das klappte alles ohne Probleme. Anschließend startete die letzte Trainingseinheit mit einem Teamwettbewerb. Jeder aus einem Team musste gegen alle aus dem anderen Team spielen. Dabei hatten die Nicht-Wettkampfspieler einen kleinen Vorsprung, was am Ende zu einem knappen Ergebnis geführt hat. Nach dem Mittagessen und der Dusche gab es kurz Freizeit für die Spieler, bevor es zu den letzten Teamspielen ging. Anschließend füllten alle Spieler noch einen Fragebogen zum elften Pfingsttrainingslager aus und die Trainer rechneten das beste Team aus. Das beste Team wurde geehrt und so blieb noch ein bisschen Zeit für Volley- und Fußball. Pünktlich 16 Uhr wurden die Spieler abgeholt und somit geht das elfte Pfingsttrainingslager 2024 zu Ende. Das Trainerteam bedankt sich bei allen Spielern für das schöne Trainingslager.



Zimmer räumen



Tischtennis – Jeder gegen Jeden



Tischtennis – Jeder gegen jeden

# Bericht 11. Pfingsttrainingslager 2024



Dehnung



Mannschaftsspiel – 2-Felder-Ball



Mannschaftsspiel



Mannschaftsspiel



Ausfüllen der Fragebögen



Volleyball



Gewinnerteam  
Mannschaftsspiele



Dank von den Eltern



Trainingslager ist zu Ende



Bis nächstes Jahr!  
Ein Bericht von Lukas Keller