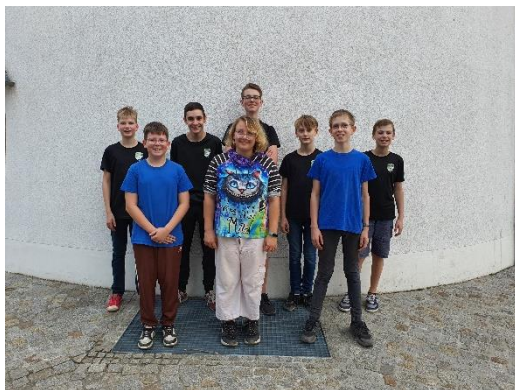


# Bericht

## 8. Teens und 7. Youngsters Aktionstrainingslager 2023

Ein Bericht von Lukas Keller



## Bericht 8. Teens und 7. Youngsters Aktionstrainingslager 2023

### Einleitung

Vom 1. Oktober bis zum 7. Oktober 2023 fand das achte Teens- und das siebente Youngsters Aktionstrainingslager in der Jugendherberge Strehla statt. An dem Trainingslager nahmen 12 Jugendliche im Alter von 7 bis 16 und zwei Trainer teil. Die Woche verlief ruhig und die Stimmung war ausgelassen. Die Spieler haben in der Woche viele verschiedene Minispiele, eine Aktionswanderung und einige Geschicklichkeitsübungen gemacht. Natürlich gab es traditionsgemäß wieder zum Start eine Teamaufgabe, die allen viel Spaß bereitet hat.

### Sonntag - Tag der Anreise

Am Sonntag haben wir uns 14 Uhr vor dem Bahnhof Neustadt getroffen. Einige Spieler kannten sich bereits aus den letzten Trainingslagern, aber für einige ist es das erste Mal. Anschließend ging es zum Gleis. Der RE50 war sehr gut gefüllt, sodass einige Spieler stehen durften. Angekommen im Riesa holte uns wie die vergangenen Jahre das Taxiunternehmen Müller ab. In der Jugendherberge hieß es die Zimmeraufteilung festzulegen und dann die Betten zu beziehen. Nachdem alle organisatorischen Dinge geklärt waren, ging es zum Gruppenfoto. Kurz danach gab es Soljanka zum Abendbrot. Auf dem Abendprogramm stand die Teamaufgabe und zwei Minispiele. Aber zuvor schauten wir uns alle noch den Trainingslagerfilm vom Pflingstrainingslager an. Die Spieler mussten sich anschließend in Mini-Dart und Mini-Bowling beweisen. Nachdem die Minispiele abgeschlossen waren, ging es zu der Teamaufgabe. Dabei traten die zwei Teams in drei Aufgaben gegeneinander an. Die Teamspiele bereiteten allen sehr viel Spaß. Bevor es ins Bett ging, spielten alle im anliegenden Park ein paar Runden Verstecken. Erschöpft von den ganzen Aktivitäten, freuten sich alle auf die Nacht.



### Montag - Aktionswanderung

Mit dem Lied „Guten Morgen Sonnenschein“ wurden alle Spieler zum Aktionswandertag geweckt. Nach einem reichhaltigen Frühstück packten alle ihre Rucksäcke und es ging los. Die Spieler erhielten eine ausgedruckte Karte und führten uns mit dieser. Aller ein paar Kilometer war ein Geschicklichkeitsspiel dran. Wir starteten mit einem Domino Spiel. Dann folgte noch Make 'n' Break. Die Wanderung an der Elbe mit schönem Sonnenschein machten allen sichtlich Spaß. An einem Rastplatz gab es ein typisches Wanderer-Mittagessen. Frisch gestärkt ging es an der Elbe weiter. Es folgten Aufgaben wie Bierdeckelweitwurf, Bierdeckelhaus bauen oder ein Tischtennisball Transport. Am Abend erreichten wir alle leicht erschöpft die Jugendherberge. Nach dem Abendessen stand noch ein Teamspiel auf dem Plan. Die Youngsters spielten Phase 10 und die Teens Uno. Nach der Siegerehrung ging es für alle Schlafen.

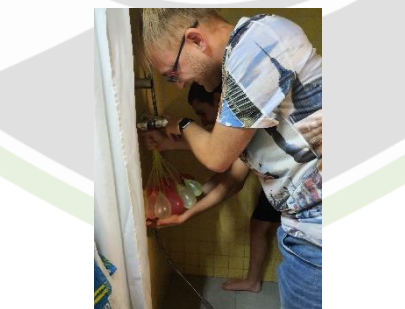


# Bericht 8. Teens und 7. Youngsters Aktionstrainingslager 2023



**Dienstag - 1. Trainingstag und Minispielabend**

Der erste Trainingstag steht an. Alle frühstückten gut, um genug Kraft für den Trainingstag zu sammeln. In der Halle angekommen, stand Vorhand Topspin auf dem Plan. Alle trainierten fleißig. Zum Mittagessen ging es zurück in die Jugendherberge. Da erwartete uns eine Boulette mit Bohnen und Kartoffelbrei. Nach einer kurzen Mittagspause ging es zurück in die Halle. Hier begannen die Youngsters ihr Minitischtennis-Turnier. Die Teens lieferten sich derweil am Tisch heiße Duelle und kämpften um jeden Punkt. Frisch geduscht ging es zur Jugendherberge zurück. Am Nachmittag führten wir zwei weitere Minispiele durch. Zuerst einen Becher mit einem Ballon über ein Ziel zu bringen und danach Eierlauf mit Wasserbomben. Die Übrigen wurden im Anschluss genutzt, um sich eine kleine Wasserbombenschlacht zu liefern. Am Abend zog eine große Regenfront auf und so mussten wir unseren ursprünglichen Plan verschieben. Der Ausweichplan, bestand darin Pizza zu bestellen und weitere Minispiele zu spielen. Den Abend verbrachten die Kinder und Jugendlichen mit Mini-Billard und Mini-Tischkicker.



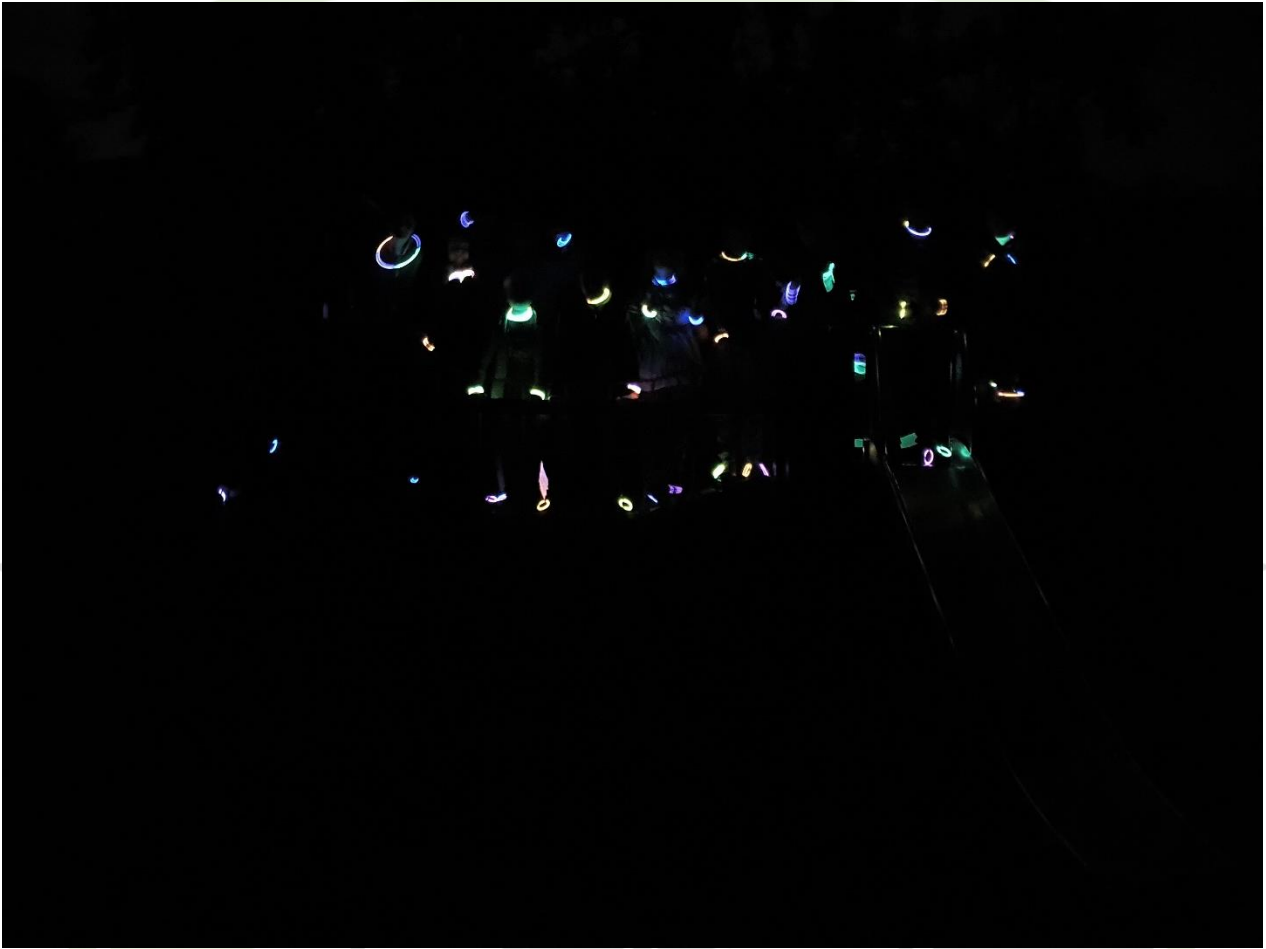
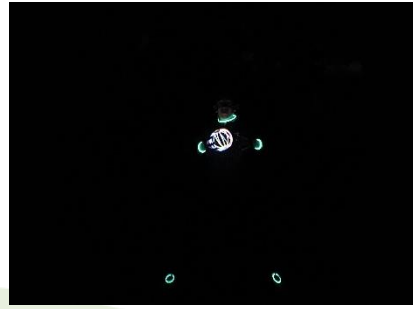
Bericht 8. Teens und 7. Youngsters Aktionstrainingslager 2023



### Mittwoch - 2. Trainingstag und Tassen gestalten

Gut gestärkt nach dem Frühstück ging es in die Halle zum Aufschlagstraining. Zum Abschluss des ersten Teils des Trainings gab es ein Aufschlagskaiserspiel. Zum Mittag in der Jugendherberge gab es heute Nudeln mit Tomatensoße. Ausgeruht ging es zurück in die Halle. Nun haben die Teens mit dem Mini-Tischtennis Duellen gestartet. Alle anderen spielten verschiedene Tischtennisformen, zum Beispiel Englisch, Rundlauf, Doppel oder klassisch Einzel. Direkt nach dem Training ging es noch in den Norma ein paar Besorgungen und Snacks einzuholen. Zurück in der Jugendherberge stand eine Tasse zu gestalten auf dem Plan. Die Spieler und Spielerinnen gaben sich dabei sehr viel Mühe und einige erstellten echte Kunstwerke. Und schon wieder war Zeit zum Abendessen. Mitleerwise brach die Nacht ein, der richtige Zeitpunkt für Verstecken im Dunklen. Im anliegenden Stadtpark bekam jeder Spieler Knicklichter, mit denen er sich kenntlich machte. Jetzt wurden einige Runden Verstecken gespielt. Was natürlich an einem solchen Abend nicht fehlen darf, ist die Nachtwanderung im Wald. Einige gruselten sich ein wenig, andere versuchten ganz taff, die Situation zu meistern. Als wir wieder in der Jugendherberge ankamen, ging es gleich ins Bett.







### Donnerstag - 3. Trainingstag und Lagerfeuer

Am vorletzten Tag wurden alle Spieler und Spielerinnen traditionsgemäß mit einem schönen Morgenlied geweckt. Danach ging es wie die letzten Tage zum Frühstück und anschließend in die Halle. Heute bauten wir den Ballroboter auf und übten Zielschießen. Währenddessen teilten wir die Gruppe in zwei Mannschaften auf und machten ein Tischtennisspiel in verschiedene Disziplinen gegeneinander. Ronny sein Team gewann das Duell. Die Teens begannen ihre letzten Mini-Tischtennisduelle. Nach der Mittagspause gab es am Ballroboter noch ein Zielschusswettbewerb. Nach dem Training ging es noch in das Netto, letzte Besorgungen für das Lagerfeuer zu erledigen. Am Nachmittag stand das letzte Minispiel an: Mini-Bowling. Nach den letzten spannenden Würfeln gab es ein schönes Lagerfeuer mit Knüppelbrot und Würstchen. Am Abend gab es noch eine Teilnehmer-Fragerunde. Danach klang der Tag entspannt am Lagerfeuer aus.

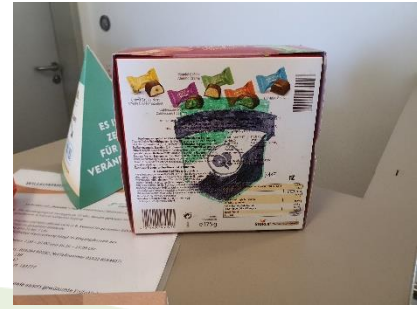


### Freitag - Abreisetag

Und schon ist wieder der letzte Tag angebrochen. Bevor es in ein letztes Mal in die Halle ging, mussten alle Spieler und Spielerinnen ihre Zimmer räumen. Nachdem die Zimmer geleert waren, startete die Spiel- und Spaß-Einheit mit 2-Felderball, Kettenhascher, Fußball und Merkball. Zum Mittag gab es Schnitzel mit Pommes. Nach dem Mittag füllten alle Spieler einen Bewertungsbogen und einen Wochenbericht aus. Die Spieler, welche zuerst fertig waren, gestalteten ein kleines Dankeschön für die Jugendherberge. Pünktlich 15 Uhr kam das Taxi und dann ging es nach Dresden zurück. In Dresden erfolgten noch die Siegerehrungen der Mini und Geschicklichkeitsspiele. Anschließend gab es für alle noch einen Döner und so klang das Trainingslager aus. Wir beenden das Trainingslager mit einem lachenden und traurigen Gesicht zugleich. Einerseits war es eine sehr schöne, andererseits ist diese schon wieder vorbei.



# Bericht 8. Teens und 7. Youngsters Aktionstrainingslager 2023



Bis nächstes Jahr!  
Ein Bericht von Lukas Keller