



„Ein Diamant leuchtet nur, wenn er geschliffen wird.“ – getreu diesem Motto starteten wir am Wochenende von 11. Februar bis 13. Februar 2011 in unser Jugendtrainingslager mit Übernachtung und Vollverpflegung.

Am Freitag Nachmittag reisten 14 motivierte Kinder und Jugendliche vom SC Berg im Alter von 9 bis 16 Jahren an. Die Teilnehmer erwarteten drei Tage voller Training, Technikerwerb und -verfeinerung sowie Spaß.

Gleich nach der Anreise begann die erste Trainingseinheit zum Thema Abwehr. Hier lehrten mit Unterstützung durch die Abwehrspezialisten des SC Berg, Gerhard Geyer und Herbert Geyer, den Kids die Grundzüge der Schnittabwehr. Nach dem darauffolgenden Abendessen starteten die Kids mit neuer Energie in eine zweite Trainingseinheit zum Thema Vorhand Topspin und Block.

Am Samstag Vormittag nach



h Fröhsport und Fröhstück erwartete die Kinder neben einer ausgiebigen Aufschlag/Rückschlag-Einheit, ein Vortrag über bewusste Ernährung für Sportler. Nach dem Mittagessen und einer regenerativen Mittagspause starteten alle mit neuem Elan in eine weitere Trainingseinheit. In dieser befassten sich die Teilnehmer unter anderem mit dem Technikerwerb und der Technikverfeinerung des Vorhand- und Rückhandflips. Zum Abschluss des Tages folgte nach einer letzten Trainingseinheit zum Thema Rückhand Topspin eine Entspannungsphase

Am Sonntag erfolgte das Highlight des Trainingsla

