

Trainingslager Szombathely (Ungarn) 2016

Wir waren vom 28. März bis zum 1. April im Trainingslager in Ungarn, welches vom WRTV organisiert wurde. Dabei waren Werfer vom SV Dischingen sowie Werfer vom VFL-Waiblingen. Trainiert wurden wir dort vom ungarischen Trainer Balazs Lezsak. (der am darauffolgenden Wochenende Europameister wurde).

Als wir am Ostermontag nach 7 Stunden Fahrt in Szombathely ankamen, trainierten gerade die anderen –wir begrüßten erst mal alle und dann gingen wir aber sofort zum Essen in ein Restaurant. Eine Stunde später trainierten wir dann (Julian ,Ich, Goofy und Pavla) am Nachmittag doch noch. Abends gingen wir dann noch in den Kraftraum.

Der nächste Tag begann dann um 10 Uhr morgens mit einer Wurfeinheit welche sich bis um 12 Uhr erstreckte. Um 12:30 Uhr gingen wir dann wieder essen. Trotz des schlechten Wetters machten einige Athleten, um das Gegessene zu verdauen, noch ein paar Sprints und Sprungläufe. Abends gingen wir dann mal wieder zum Essen.

Am Mittwoch-Morgen haben wir wieder knappe 2 Stunden bis um 11:45 Uhr geworfen woraufhin wir dann NATÜRLICH wieder zum Essen gegangen sind.

Nachmittags hatten wir dann frei und somit gingen wir Alle zusammen in die Stadt zum Bummeln, und natürlich zum Megges was Essen. - bis wir dann abends wieder Krafttraining machten. An diesem Nachmittag haben wir uns auch unsere T-Shirts machen lassen.

Am Donnerstag-Morgen verließen uns dann die Ersten. Als die Abreise dann erfolgt war gingen wir Restlichen wieder zum Werfen. Nach dem Training bedankten wir uns dann bei Balazs dass er uns so toll trainiert hatte und dass er sich die Zeit genommen hatte. Am Donnerstag-Nachmittag gingen wir dann, um sich ein bisschen zu erholen, in die Therme. Dort war es sehr schön und vor allem entspannend.

Abends trafen wir uns dann noch einmal zum letzten Abendessen in Ungarn.

Da es das letzte Essen in Ungarn war mussten wir Alle natürlich noch mehr essen wie sonst. Das war aber sehr schwierig, da es sowieso IMMER riesige Portionen waren. Trotzdem schafften es Alle nochmals ihre „Bestleistung“ zu toppen.

Bericht von Michael Burger

Am Freitag-Morgen reisten Wir dann wieder ab.

Abschließend kann man sagen dass es ein sehr tolles und gelungenes Trainingslager war - Sowohl für das Werfen als auch für den Magen.