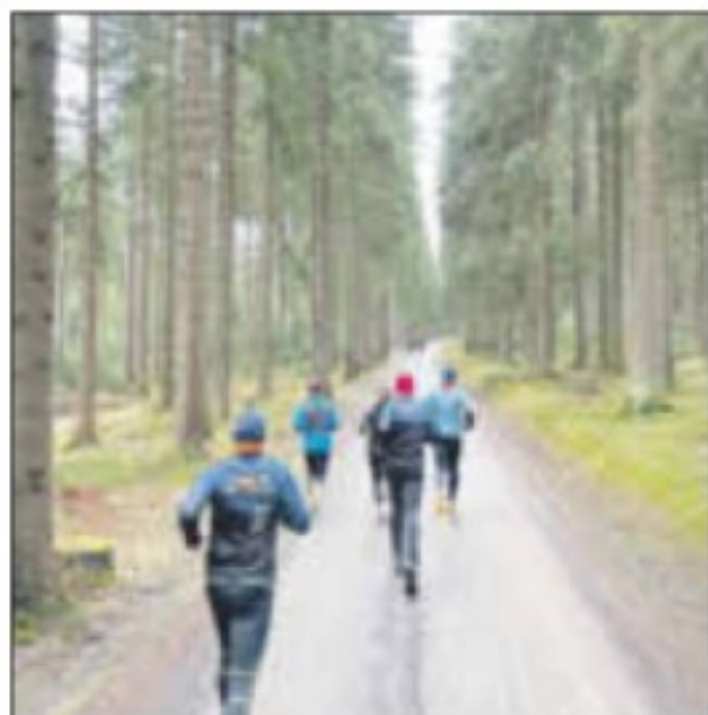


Schwimmcamp des Triathlon Team Lausitz

■ Erstmals hatten die Mitglieder des TTL die Möglichkeit ein ganzes Wochenende an ihrer Schwimmtechnik zu feilen. Das Interesse war enorm und so machten sich 16 Sportlerinnen und Sportler aller Alters- und Leistungsklassen an einem Freitagnachmittag Ende März gemeinsam auf den Weg zum Sportpark Rabenberg im Erzgebirge.



Unter fachkundiger Anleitung von zwei erfahrenen Schwimmtrainern aus Leipzig wurden insgesamt vier Trainingseinheiten im Becken absolviert. Unter anderem wurden mittels Videoanalysen Potentiale zur Verbesserung identifiziert, die anschließend sofort umgesetzt werden konnten. Aufgelockert wurden die Tage durch Laufeinheiten sowie Yoga, Basketball und Volleyball.

Am Sonntagnachmittag machten sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erschöpft aber glücklich und zufrieden auf den Heimweg. Das kurze Trainingslager war eine großartige Bereicherung für die kommende Wettkampfsaison. Dank der hervorragenden Trainingsbedingungen und sportlichen Betreuung sowie der sehr guten Verpflegung wird es im kommenden Jahr sicher eine Wiederholung geben.

