

Rägisport Camp 2011 – Wiederum ein voller Erfolg

Von René Rüegg



Seit es die Rägisportwoche in den Herbstferien gibt, ist der LCR und die Leichtathletik immer dabei. Wie alle Jahre davor, war für unsere Aktivitäten die Sportanlage Wisacher reserviert worden.

Wie an vielen Heimwettkämpfen vorher, war leider genau auf Mittwoch schlechtes Wetter angesagt.

Wir waren froh, dass alle drei Hallenteile auch für uns reserviert waren. Bei der letzten Besprechung unter den Leitern um 7.15 Uhr, entschlossen wir uns, Hoch und Lauf inklusive der Hürden von den Aussenanlagen in die Sporthalle zu verlegen.

Für die Wurfdisziplinen Speer, Ball, Diskus und Kugel blieben wir im Freien, da der Regen eher schwach war. Es war dafür sehr kühl und windig. Ab 13.00 Uhr mussten wir aber diese Disziplinen in die Sporthalle verlegen, da nun mehr Wind und Regen aufkamen. Um Unfälle zu vermeiden, entschlossen wir uns, einen Hallenteil durch Trennwände zu sichern. Es wurde nun Diskus durch Velopneu, Speer durch Wurfdüsen ersetzt. Hallenkugel waren natürlich auch vorhanden.

Wieder war mit 65 Schülerinnen und Schüler am Morgen und Nachmittag volles Haus angesagt. Zum Glück konnte unser Leiterteam durch Athletinnen und Athleten ergänzt und sämtliche Disziplinen doppelt geführt werden. Alle Teilnehmenden konnten bei einer Trainingslektion von 45 Minuten sämtliche Stationen erleben. Weil wirklich alle Gruppen so toll waren, wurden die Wechsel-Pausen von 15 Minuten auf 5 Minuten reduziert

Es war sehr interessant zu sehen, wie die Schüler am Nachmittag genau so viel Spass hatten bei den Wurfdisziplinen in der Halle mit Wintertrainingsgeräten wie diejenigen am Morgen auf den Aussenanlagen mit den „Originalgeräten“.

Anja war begeistert zu sehen, wie schnell die jüngsten Hochsprung begriffen und bald sehr gut über die Hochsprung Latte kamen.

Vielen Dank an

Julia Schmid, Anja Schäfers, Sina Laube, Marian Laube, Fabian Egger, Fabio Malinconico, Sami Jost und Paul Wunderli für Ihren tollen Einsatz als Trainer.