

## **WL Rückblick-2015**

von Lorenz Contemprée

Am 27.12.2015 begann noch vor Sonnenaufgang unsere Fahrt ins 25. Winterlager nach Gerolstein. Nach einer kurzen Auto- bzw. Zugfahrt befanden sich vormittags alle Athleten und Athletinnen versammelt im Speiseraum. Nachdem wir daraufhin in unsere Zimmer eingeteilt wurden, traf sich die Leichtathletikgemeinschaft zu Ihrem ersten gemeinsamen Training. Die Trainingseinheiten wurden nach Alter und Fähigkeiten abgestimmt, sodass jeder auf seine Kosten kam.

Nach einem für jeden angemessenen Dauerlauf zelebrierten die Sportler das Mittagessen, um wieder Kräfte zu sammeln für das nächste Training. Das Wetter lockte praktisch nach weiteren Aktivitäten im Freien, bei Temperaturen um 10 Grad und einem nur leicht bedeckten Himmel. Am Nachmittag standen Sprints und Sprünge auf dem Programm für die älteren Teilnehmer, welche den Athleten Freude bereiteten. Die jüngeren Athleten powernten sich mit Treppensprüngen aus und machten den Wald beim Versteckspiel „10, 9, 8,...“ unsicher.

Am Abend dann folgte der „Kennenlernabend“, bei dem sich die Teilnehmer mit kreativen Ideen zu jeweiliger Musik vorstellten. Vor allem der Spaß und die lockere Stimmung sorgten für eine angenehme Atmosphäre, in der sich auch die jüngeren Mitfahrer wohlfühlten. Anschließend machte sich die gesamte Gruppe zu einer Nachtwanderung durch den angrenzenden Wald auf, in dem einige gruselige Gestalten als Überraschungen warteten.

Der zweite Tag startete pünktlich um 8:00 Uhr mit dem Frühstück und um 9.15 Uhr folgten die ersten Tempoläufe für die älteren Athleten. Auch die jüngeren Teilnehmer wagten sich heute an etwas kürzere Tempoläufe. Nach dem Training waren die meisten LGÖler froh, essen zu können und am Nachmittag die Trophy zu beginnen. Die Suchralley durch ganz Gerolstein war erneut geprägt von kreativen Einfällen und neuen Stationen, an denen bisher noch kein Athlet war. Jede Gruppe versuchte durch unterschiedliche Methoden die Aufgaben zu lösen, was bei allen Beteiligten Freude auslöste.

Das Abendprogramm am zweiten Tag war nicht weniger spannend als am Ersten. Als alle Teams den Weg zur Jugendherberge zurück gefunden hatten, folgte nach dem Abendessen das Gemeinschaftsspiel „Schlag den Raab“, bei dem jede Gruppe eine Person pro Spiel bestimmen durfte, welche versuchte in dem jeweiligen Wettbewerb Punkte zu holen. Der Abend war perfekt organisiert und vor allem war für Spaß, Spannung und Abwechslung gesorgt, was allen Sportlerinnen und Sportlern entgegen kam.

Am anschließenden Dienstagmorgen ging es für die Athleten an den Berg, um dort ihre Bergsprints zu absolvieren. Die jüngeren Teilnehmer vollzogen Koordinations- und Wurfübungen bei einer Biathlonstaffel. Später am Nachmittag fanden die ersten „WL-Games“ statt. Dazu wurden erneut verschiedene Gruppen gebildet, die gegeneinander antraten und Punkte sammelten. Teamgeist und der Zusammenhalt in der Gruppe stachen während der Aufgaben durch Beifall der Teams hervor. Die verschiedenen und durchaus anspruchsvollen Aufgaben bereiteten allen Teilnehmern Heiterkeit und Frohsinn.

Am dritten Abend stand Tanzen auf dem Programm. Durch Einteilung in verschiedene Gruppen lernten alle etwas dazu. Das Repertoire der Tanzlehrer reichte von Memphis zu Discofox über Bachata und vielen weiteren Tanzarten. Der Abend endete für alle mit neuen Tanzkenntnissen.

Der letzte Tag des WLs begann traditionell mit der Amistaffel. Die Strecke war weitgehend gut zu laufen und das Wetter trocken und sonnig. Die WL-Teilnehmer blickten somit motiviert und ambitioniert auf die letzte gemeinsame Laufeinheit. Das gesamte Rennen war gekennzeichnet durch euphorisierte und begeisterte Läufer, was sich durch Anfeuern und laute Zurufe bemerkbar gemacht hat. Am folgenden Mittwochnachmittag traten ausgeloste Gruppen gegeneinander im alljährlichen Hockeyturnier an. Nach einem spannenden Turnier und müden Gesichtern erwartete uns eine Überraschung in der Herberge. Zum 25. Jubiläum hat uns die Herbergsmutter einen riesigen Kuchen gebacken samt Vereinslogo und uns anschließend zu Ehrengästen erklärt. Danach versammelten sich Betreuer, Trainer und Sportler zum jährlichen Gruppenbild mit den Winterlagerpullis, die wir Dank des großzügigen Sponsorings der Firma Wichterich geschenkt bekamen.

Am Abend kamen alle Mitfahrer zum Abschlussabend zusammen, um das Winterlager Revue passieren zu lassen und bedeutende Rückblicke zu nennen. Nachdem die Athleten den Raum nur kurz verlassen haben und später wiederkamen, haben die Betreuer die Musikanlage aufgebaut und den Raum mit Lichterketten etc. geschmückt. Somit konnten nochmals die Tanzfähigkeiten der Sportler unter Beweis gestellt werden, was jedem sichtlich Freude bereitete.

Der kommende Morgen begann früher als die anderen, da die Zimmer nun gefegt und die Betten abgezogen werden mussten. Nachdem alle Räume sauber und leer hinterlassen wurden, fuhren alle Teilnehmer nach Hause.

Alle Teilnehmer werden viel Positives aus den 5 gemeinsamen Tagen mitgenommen haben und einiges Zuhause berichten.