

## 16. Sommertrainingscamp des SC Rugiswalde in Hormersdorf

Am Freitag, dem 15.07.22, ging es für 22 kleine und große Sportler auf nach Hormersdorf ins Erzgebirge. Nach einem gemeinsamen Abendessen in der Jugendherberge hieß es für alle: Auf zur Übungsstrecke nach Geyer! Also Inliner an und erstmal einrollen!

Am nächsten Tag war um 7.00Uhr gemeinsamer Frühsport angesagt. Danach ging es auf zur Übungsstrecke nach Burgstättel. Aufgeteilt in 3 Gruppen, trainierte Jenny unsere „Großen“, dazu gehörten Julia, Niklas, Emi, Alexa, Lena, Doreen und Schmidt (82 Jahre)! Das Training umfasste auf dem oberen Teil der Strecke einen Slalomkurs mit Stangen schlagen, Kurven und Vertikalen fahren. Die „Mittleren“ trainierten mit Paula, Levke, Luise, Maja und Herbert im unteren Teil der Strecke Riesenslalom. Katharina und die „Kleineren“ trainierten im unteren Teil des Radwegs mit Tobias. Für Elli, Anton und Max waren es die ersten Trainingserfahrungen auf Inlinern, die sie aber alle super gemeistert haben.

Unterbrochen wurde unsere Trainingseinheit durch eine 2stündige Mittagsruhe mit leckem Essen und Auswertung der Trainingseinheiten.

Natürlich gab es auch wieder einen kleinen Wettkampf, bei dem sich die Kinder und Erwachsenen messen konnten. Für alle gab es eine Siegerehrung mit Urkunden.

Nach dem Abendbrot standen gemeinsame Spiele, wie Volleyball auf dem Plan.

Am letzten Tag wanderten alle mittags zum Greifenbachstauweiher um zu baden, spielen und Eis zu essen.

Zum Nachmittag ging leider eine tolle, spaßige und natürlich auch ein bisschen anstrengende aber wunderschöne Vereinsfahrt zu ende.

Wir danken allen, die uns diese Vereinsfahrt ermöglicht haben!!!

Wir trainieren nicht nur im Winter auf Schnee, sondern auch im Sommer mit Inlinern und Fahrrad!  
Wenn ihr Lust habt mit uns zu trainieren, dann meldet euch beim Skiclub Rugiswalde.

Wir freuen uns jederzeit auf „Nachwuchs“!