



Die Athleten des LFV Schutterwald waren für ein Trainingslager in Pesaro (Italien). Als Trainer waren dabei: Patrik Schrempp (Dritter von links) und Nathanael Roth (Dritter von rechts).  
Foto: LFV Schutterwald

# Training am Strand

*Athleten des LFV Schutterwald sind für ein Trainingslager nach Pesaro (Italien) gefahren. Neben zwei Trainingseinheiten täglich kamen auch der Spaß und das Gesellige nicht zu kurz.*

VON OTMAR HANSERT

**Schutterwald.** Ein antikes Sprichwort besagt, dass harte Arbeit und Mühe zwingend notwendig sind, um Ziele zu erreichen oder Erfolg zu erlangen. Das Sprichwort lautet: „Vor den Erfolg haben die Götter den Schweiß gesetzt.“ So verhält es sich bei vielen Tätigkeiten und Hobbys, aber insbesondere im Sport. Sehr Trainings intensiv ist dabei schon immer die Leichtathletik.

Um sich auf die kommende Saison gut vorzubereiten, führen 13 Athleten und Trainer des Leichtathletik- und Freizeitsportvereins Schutterwald (LFV) nach Pesaro (Italien). Es war bereits das zweite Mal, dass die Aktiven des LFV

an der Adriaküste in Pesaro in einem kleinen Hotel ihr Quartier bezogen, um dort ein Trainingslager aufzuschlagen.

Zusammen mit befreundeten Athleten der LG Region Karlsruhe startete die Gruppe Anfang April unter anderem im LFV-Mannschaftsbus, um die 850 Kilometer weite Fahrt zurückzulegen. Die anfallenden Fahrkosten hatte der LFV übernommen.

## Mit Frisbee-Spiel

Gleich am ersten Tag folgte am Strand die erste kleine Trainingseinheit. In den folgenden Tagen wurde jeweils zweimal täglich trainiert, wobei viel Zeit für ausführliche Technikanalysen und Tempo-

läufe verwendet wurde. Zum lockeren Ausgleich gab es immer mal wieder das ein oder andere Frisbee-Spiel. Die Athleten trainierten außer Stabhochsprung alle Disziplinen.

Lara Freudenreich ist zwei Tage später zum Trainingslager hinzugestoßen. Sie hatte zuvor in Berlin einen Halbmarathon gelaufen und fuhr anschließend mit dem Flixbus über Nacht nach Pesaro. Als Trainer waren Nathanael Roth, Patrik Schrempp und der Vorsitzende Harold Schley dabei.

Natürlich wurden in dem Trainingslager auch Freundschaft und Geselligkeit gepflegt. Nach dem oftmals sehr harten Training ging es zur Entspannung in den Wellness-

Bereich des Hotels. Am Strand gab es Volleyball-Spiele, und wer sich traute, machte auch mal einen herzhaften Sprung ins frische Meerwasser.

Die Feier des 18. Geburtstages von Carolin Roth werden die LFV'ler sicherlich auch nicht vergessen. Das Trainingslager war von Harold Schley, Nathanael Roth und Patrik Schrempp sehr gut organisiert worden. Die Athleten bilanzierten eine insgesamt sehr gelungene (Trainings)-Woche. Ende April erfolgt der Einstieg in die Wettkampf-Saison.

**INFO:** Pesaro ist eine Hafenstadt und hat 95.360 Einwohner. Die Stadt ist ein wichtiges Touristenzentrum an der italienischen Adriaküste.