

03.04.2024 Mittelbayerische Zeitung

TV BUL im Trainingslager

So viele Leichtathleten des TV Burglengenfeld wie noch nie machten sich auf den Weg in den Süden. Wie alle Jahre schlug man in Cesenatico/Italien das Camp zum Trainingslager auf. Sonnenschein aber auch Regen und heftiger Wind, alles war dabei aber das störte die über 50 Mann große TV- Truppe nicht im Geringsten.

Von Franz Pretzl



Der ausgefüllte Tag begann für alle pünktlich jeden Tag um 7.00 Uhr morgens mit dem Frühsport am Strand oder im Hallenbad bei den Triathleten. Um 10.00 bzw. 15.30 Uhr winkte dann schon die zweite bzw. dritte Trainingseinheit für die Leichtathleten. Sie amüsierten sich mit dem Wurf- bzw. Kraft- und Sprintraining entweder am Strand oder dem naheliegenden großen Stadtpark. Meist drei bis vier Einheiten standen für die Triathleten pro Tag auf dem Programm.



Schweißtreibende Kilometer absolvierten sie mit dem Rennrad ins bergige Hinterland bei Ausfahrten bis zu 150 km und 2500 Höhenmetern. Viel Kraft kostete das Koppeltraining (Laufen-Biken-Laufen), sowie die Tempoläufe im Stadtpark. Die vierte Einheit bestand für die schon etwas müden Knochen meistens aus einem lockeren Dehnprogramm. So freuten sich schon alle auf die „fünfte Einheit“ am schmackhafte Abend Buffett im Hotel Riz. Das abwechslungsreiche Essen ließ die verbrauchten Kalorien schnell wieder ins Gleichgewicht bringen. Gegen 20.30 Uhr beendete noch ein Vortrag oder ein Spieleabend den ausfüllenden Tag. Beim Ruhetag am Mittwoch schöpfte man neue Kraft bei einem Ausflug nach San Marino oder nach Rimini., wobei beim letzteren Ausflug ein Platzregen alle bis auf die Knochen durchnässte.



Einen gut ausgefüllten Tag hatten wie immer die Trainer mit Lisa Zeller, Thomas Kerner, Sabine Buckley, Victor Strasser und Leiter Franz Pretzl, die für reibungslosen Ablauf sorgten. Nach dem Volleyballturnier Freitagnachmittags endete die schöne aber auch sehr harte Woche für die TVSportler und freuen sich schon auf 2025.