

Damenriege Volleyball - TVU@ktuell 4/15

Volleyball-Trainingsweekend in Giswil 29. / 30. August 2015

Auch dieses Jahr lassen wir nichts unversucht, um unsere Technik zu verbessern und spielerisch weiterzukommen. So hiess es Ende August wieder, die Tasche vollzupacken mit Schuhen, Schonern und diversen Trainingsleibchen.

Diesmal gings nach Giswil. Nur – wo liegt jetzt Giswil schon wieder..? Bekanntlich führen ja viele Wege nach Rom, und so eben auch nach Giswil. Nach einer etwas längeren Rundfahrt um den Vierwaldstättersee, kam dann auch das zweite Auto mit einer Viertelstunde Verspätung bei der Sporthalle an.

Unter fachkundiger Anleitung von drei sehr guten Volleyball-Trainern übten wir Zuspiel- und Abnahmetechnik, versuchten uns im oberen Anspiel und feilten an der richtigen Handstellung für gute Smashes. Es wird einem so oft wieder bewusst, wie viele kleine Fehler man sich angewöhnt in der Technik im Laufe der Jahre. Auch in Sachen Positionen auf dem Feld erhielten wir einige gute Tips. Wir nahmen eine kleine Änderung in der Aufstellung vor und übten das auch entsprechend.

Nach dem ersten strengen Trainingstag liessen wir den Samstagabend in Sarnen beim gemeinsamen Nachtessen und Umtrunk gemütlich ausklingen und fielen todmüde ins Bett.die einen von uns etwas später bzw früher am Morgen!

Auch am Sonntag schnürten wir wieder unsere Turnschuhe und machten uns auf zur Halle. Die Motivation war gross, noch mehr Neues zu erfahren, nur die Beine waren etwas schwerer als am Samstag. Am Morgen beschäftigte sich unser Team nochmals intensiv mit der neuen Aufstellung. Auch das am Vortag neu gelernte wurde nochmals in Erinnerung gerufen.

Nach einem unverschuldeten Crash auf dem Parkplatz, woraus ein Totalschaden an einem unserer Autos resultierte, fiel das Mittagessen etwas kürzer oder ganz aus. Zum Glück kam aber niemand von uns zu Schaden.

Am Nachmittag fand ein kleines Turnier statt mit den Teams, die am Weekend dabei waren. Wir versuchten selbstverständlich, alles neu gelernte anzuwenden, was nicht immer ganz gelang!

So oder so war es wieder ein ganz tolles Wochenende, und wir nehmen wie jedes Mal viele neue Erkenntnisse und Anregungen mit nach Hause. ...und das Beste ist, dass wir sogar noch einen der drei Volleyball-Trainer für uns gewinnen konnten! Er wird von nun an ab und zu mal ein Training von uns leiten. Da bleibt uns nur noch zu sagen: „hasta la vista Volley Urdorf!“

Für's Volley Urdorf: Moni Marty