

Vorbereitungslehrgang LSN-Team Cup

Zu einem Vorbereitungslehrgang für den LSN-Team Cup hatte der Bezirksschwimmverband Weser-Ems seine Auswahlmannschaft des Jahrgangs 2000m/2001w-2002m/2003w nach Oldenburg eingeladen. Vom TV Meppen waren Felix Berling, Magnus Kamp und Emma-Christin Bartels dabei und wurden von Trainer Arjan Steenkamp begleitet.

Der Ablauf des Tages sah wie folgt aus:

Bis 12 Uhr Anreise Hallenbad Eversten und Begrüßung

12:15-12:30 Uhr Landtraining und Bahnaufteilung

12:30-14:00 Uhr Wassertraining (Schwerpunkt Hauptlage + Starts und Wenden)

14:00-15:15 Uhr Mittagspause (es gab Pizza!!)

15:30-16:30 Uhr Landtraining in der Turnhalle

17:00-18:30 Uhr Wassertraining (Schwerpunkt Hauptlage und Staffelwechsel)

Neben dem Training sollte sich die Mannschaft untereinander sowie die leitenden Trainer kennenlernen. Die anwesenden Trainer waren mit dem Tag sehr gut zufrieden und freuen sich schon auf den LSN-Team Cup am 4. Adventwochenende im Hallenbad Quakenbrück.