

## BaWü-Kader Training in Winnenden

**Bericht von den Inline-Alpin Kaderläuferinnen Laura Durst, Leah Gann und Lisa Schreiber zum ersten Trainingslager der Saison 24. + 25.03.2018 in Winnenden**

Endlich ist es wieder soweit! Der BaWü-Kader hatte sein erstes Trainingslager. Nachdem die Inlineskates abgestaubt und alle Schoner auf Passgenauigkeit geprüft wurden, traf man sich am Samstag 24. März an der Winnender Rollsporthalle. Nach einer kurzen Begrüßungsrunde nahmen wir das Training auf und machten uns zunächst einmal auf Turnschuhen warm.

Danach bekleideten wir uns mit Knie- und Ellbogenschützer, Inlineskates, Handschuhe und Helm und machten eine kleine Ausfahrt, um wieder Gefühl auf Skates und Teer zu erlangen. Ein Rampentraining hängten wir direkt an die Ausfahrt an, indem wir gemeinsam den Skatepark unsicher machten. Anschließend gab es ein Grundlagentechniktraining. Nun hatten wir uns die Mittagspause verdient.



Nach der Mittagspause ging es in 5 kleinen Gruppen weiter. Ein Glück, dass wir so viele Trainer haben. So ging der Tag doch recht schnell rum und wir gingen los, um uns eine kleine Abkühlung zu gönnen. Im Wunnenbad, direkt am Sportcampus hatten wir die nächsten Stunden viel Spaß, bevor wir unsere Schlafplätze im Gästehaus Insel in Waiblingen bezogen. Bei leckerem Abendessen, netten Gesprächen und ein paar gute Runden beim Kegeln ließen wir den Abend ausklingen.



Frisch gestärkt, mit etwas Muskelkater und strahlendem Sonnenschein am Himmel, ging es am Sonntag Morgen zur Rollsporthalle nach Winnenden. Am Vormittag wurden wir in vier Kleingruppen mit jeweils 4 oder 5 Läufern aufgeteilt. Abwechselnd spielten wir 20 Minuten Hockey oder hatten ein ausführliches Techniktraining.

Gegen 13 Uhr erwartete uns schon die Pizza in Nellmersbach. Mittagspause war endlich angesagt! Nach circa einer Stunde tasteten wir uns wieder langsam an den Stangenwald auf der Winnender Trainingsstrecke heran. Zuerst begannen wir mit Hütchen fahren, danach ging es in die Kurzkipper und letztendlich in den Stangenwald. Die erste Fahrt durch die Stangen war für alle etwas ungewohnt, aber nach ein paar Fahrten sah die Welt schon ganz anders aus. Jeder hat das Gefühl durch die Stangen zu pendeln vermisst.



Alle BaWü-Kaderläufer bedanken sich bei allen Trainern für das tolle Trainingslager, für die gute Organisation und natürlich der köstlichen und reichlichen Verpflegung. Da auch ein Dankeschön an unsere Stephanie. Ein großes Dankeschön geht auch an den SV Winnenden und der Familie Sing, dass wir Material und Strecke von ihnen zu Verfügung gestellt bekamen.

Und allen hat es wieder sehr viel Spaß gemacht und wir freuen uns schon auf den nächsten gemeinsamen Trainingstag, diesmal in Steinenbronn, am Sonntag 22 April.

Weitere Bilder können [hier](#) angesehen werden.