

GETI-Trainingsweekend

Sarnen, 04./05. März 2023

Am ersten März Wochenende führten die GETI's dieses Jahr wieder einmal ein Trainingsweekend durch. Am Samstag kurz nach 9:00 Uhr war Besammlung am Bahnhof Luzern, von da aus ging es mit dem Zug nach Sarnen. Nach einem kurzen Fussmarsch mit der ganzen GETI-Schar bestehend aus 50 Turnerinnen und 15 Leiter:innen kamen wir in der Mehrzweckanlage Ei an. Nach dem Zimmerbezug ging es direkt zur Dorfturnhalle von Sarnen, in welcher nach dem Aufstellen die erste Trainingseinheit an zwei Geräten stattfand. Für das Zmittag durften wir wieder in die Unterkunft zurück, in welcher die Äplermagronen schon dufteten. Nach der Stärkung und einer kurzen Verschnaufpause war es wieder Zeit, um weiter zu trainieren und an den Übungen für die kommende Wettkampfsaison zu feilen. Nach 3 Stunden Training und einer intensiven Kraffteinheit mit unserer neuen Präsidentin Meli durften wir uns auf das Znacht freuen. Für unsere kulinarische Verköstigung sorgte unsere Küchencrew bestehend aus sechs Mamis, die lecker gekocht haben und uns so richtig verwöhnt haben. Nach dem Riz Casimir und einem Dessert war zumindest bei unseren jüngeren Turnerinnen die Energie wieder da, um Spiele und Fangis ums Haus zu spielen. Um 22:00 Uhr war Nachtruhe angesagt, obwohl in den einzelnen Zimmer noch lange geplaudert wurde. Nach einer kurzen und teils schlaflosen Nacht bei einigen Trainer:innen war um 8:00 Uhr wieder Tagwache und ein leckeres Zmorgen wartete auf uns. Frisch gestärkt packten wir den zweiten Trainingstag an. Trotz der erschöpften Muskeln vom Vortag wurde wieder fleissig trainiert. Natürlich durfte der Spass nicht fehlen und wir machten Spiele und tanzten den UHA 22 Abschlusstanz als kurze Auflockerung. Zum Zmittag gab es Spaghetti mit verschiedenen Saucen. Am Nachmittag wurde als Highlight das grosse Trampolin aufgestellt. Nach einem speditiven Aufräumen und putzen der Halle war um 16.30 Uhr wieder Abmarsch Richtung Bahnhof Sarnen. Eine knappe halbe Stunde später kamen wir müde und erschöpft nach einem produktiven, erfolgreichen und lustigen Wochenende wieder in Luzern an.

Sibyll Bühler, Geräteturnerinnen