

Basketballer halten sich "Outdoor" fit

Seit 18.05.2020 halten sich die SVD-Basketballer mit Training an der frischen Luft fit. Die Abteilung hat die Möglichkeit bekommen, dass Groß- und Kleinfeld am SVD-Clubhaus zu nutzen. Nach Absprache mit den anderen Abteilungen, konnte ein Plan erstellt werden und die Teams können stundenweise trainieren. Natürlich immer unter den vorgeschriebenen Hygiene- und Abstandsregeln.....So manche Spielerin oder mancher Spieler wird diese Trainingseinheiten verflucht haben, denn plötzlich machte man deutlich mehr Konditionstraining oder auch mal Sprints quer über den Sportplatz :) Auch die Kräftigungsübungen wurden mehr als sonst durchgeführt, so dass sich der ein oder andere sicherlich über einen Muskelkater am nächsten Morgen freuen konnte...)...Ballhandling oder Lauschule mit einer Koordinationsleiter stehen natürlich auch auf dem Programm.

Seit dem 08.06.2020 besteht auch noch die Möglichkeit einer weiteren Trainingseinheit auf dem Freiplatz an der Weibelfeldschule. Es ist gelungen in dem vorgegebenen Zeitfenster alle Teams einmal in der Woche auf dem Freiplatz trainieren zu lassen. Auch hier ist natürlich Desinfektionsmittel vorhanden. Seit dem 12.06. ist auch wieder Kontakt erlaubt, allerdings nur wenn die Gruppengröße 10 Spieler*innen nicht überschreitet. Hier liegt es nun an den Trainer*innen, wie sie ihr Training gestalten....

Die Basketballer sind stolz, dass sie ihren Spieler*innen die Trainingsmöglichkeiten anbieten können. So geht der Kontakt zu den Teams nicht verloren und alle Aktiven bleiben fit. Die Einheiten werden gut angenommen und die Jungs und Mädels und die Damen und Herren sind glücklich, dass sie diese Trainingsmöglichkeiten haben.



