

Finanzielle Unterstützung durch den VVSA im Jahre 2022

SV Zörbig e.V.
www.sv-zoerbig.de

Unterstützung 348,15 €

Trainingslager 2022

Nachdem in den letzten Jahren coronabedingt keine Teamveranstaltungen stattfinden konnten, waren wir sehr froh, dass wir in diesem Jahr unser Trainingslager ausrichten konnten. Es fand vom 01. bis 03. Juli 2022 in der Turnhalle am Schloß in Zörbig statt.

Nach einer entspannten Anreise am Freitag konnten die Spielerinnen gegen 17:00 Uhr in die erste Trainingseinheit starten. Thema war hier Ballschule, Ballgefühl und Grundlagentraining. Anschließend gab es eine allgemeine Theorieeinheit. Nach dem Abendessen mit selbstgebackener Pizza versammelten sich alle, um zum Abschluss des ersten Tages ein Volleyballspiel „der großen“ Bundesligisten zu sehen und in der Halle zu übernachten.

Am Samstagmorgen startete der Tag um 7:00 Uhr mit einer Frühsporteinheit, um den müden Geist zu wecken. Anschließend gab es ein ausgewogenes Frühstück mit frischen Brötchen, Belag, Müsli und Obst. Es folgte die zweite volleyballspezifische Trainingseinheit. Dieses Mal unter dem Thema Angriffs- und Abwehrtraining, sowie Spielflussübungen – ergänzt durch Kräftigungsübungen. Vor dem Mittag konnten die Spielerinnen ihr Wissen in einem Volleyball-Quiz unter Beweis stellen, welches auf die Theorieeinheit am Vortag aufbaute. Nach dem Mittagessen trafen wir uns, um die geplante Radtour zu starten. Pünktlich 13:00 Uhr begannen wir unsere Fahrt, mit elterlicher Unterstützung, über Mößlitz in Richtung Cösit. Nach ca. 2 Stunden konnten wir unseren Rundweg in Zörbig beenden. Zur Belohnung, dass alle, auch die Kleinsten, so gut durchgehalten haben, gab es an der Eisdielen Blechschmidt für jeden ein Eis. Anschließend setzten wir die Fahrt zur Turnhalle fort. Schwerpunkt bei diesem gemeinsamen Ausflug war, anders als in den Trainingseinheiten zuvor, nicht die sportliche Leistung, sondern der mannschaftsübergreifende Zusammenhalt, sowie die daraus resultierende Verantwortung.

Nach einer kurzen Erholungspause ging es im Training mit der dritten volleyballspezifischen Trainingseinheit weiter. Thema der Einheit war das allgemeine und gezielte Aufschlagtraining. Anschließend trafen sich die Spielerinnen, Trainerinnen und Eltern zur alljährlichen Elternversammlung bei gegrillten Würstchen und Steaks, um die anstehende Saison zu planen. Nach einer Abendaktivität nach Wahl, fielen alle erschöpft in die Betten. Am Sonntag begann der Tag, wie schon zuvor, um 7:00 Uhr mit einer Frühsporteinheit. Nach dem Frühstück begannen die Spielerinnen die Turniere. Die Spielerinnen der U16 spielten in 2er Teams im 1er Modus. Durch ständigen Wechsel und das Spielen in verschiedenen Kombinationen konnte gewährleistet werden, dass jede gegen jede spielt und dementsprechend eine Platzierungsrangfolge erspielt werden konnte. Die Spielerinnen der U11 spielten 1 gegen 1, um die Feldgröße und das Spielsystem zu verstehen. So konnten auch hier die Plätze ausgespielt werden.

Bei der anschließenden Siegerehrung konnten die besten Spielerinnen in den Bereichen Turnier und Theorie-Quiz in beiden Altersklassen geehrt werden. Dafür wurden vorbereitete Pokale übergeben. Weiterhin wurde



die engagierteste Spielerin des Trainingslagers von den Trainerinnen gewählt und durch einen Beutel voller kleiner Sachpreise ausgezeichnet.

Anschließend wurde die Halle von allen gemeinsam in den Ursprungszustand versetzt, sowie die Abreise vorbereitet. Es wurden alle Spielerinnen verabschiedet und an ihre Eltern übergeben.

Wir bedanken uns bei den Spielerinnen für die zahlreiche Beteiligung, bei den Eltern für die Unterstützung bei der Essensversorgung und natürlich auch beim VVSA für die finanzielle Unterstützung.