



Vergangenes Wochenende waren die Schwimmer des TSV Laupheim im Trainingslager. Ziel dessen war die optimale und intensive Vorbereitung auf die kommenden Wettkämpfe.

14 Schwimmerinnen und Schwimmer machten sich bereits am Freitagnachmittag um 16 Uhr auf den Weg Richtung Kempten auf den Schnaithof.

Während am Freitag noch das gemeinsame Miteinander und das Kennenlernen im Vordergrund stand, rückte die Konzentration in den folgenden zwei Tagen auf das sportliche. Samstag und Sonntag stand jeweils um 7:00 Uhr ein intensives, knapp zwei Stunden langes Training im Sportbad „Cambomare“ an. Zusätzlich wurde am Samstagmittag in Form eines Krafttrainings akribisch an der Form und Leistung jedes Einzelnen gearbeitet. Wer danach noch nicht genug hatte, durfte an einem Lauf durch die näherliegende Umgebung teilnehmen. Natürlich kam trotz der anstrengende Trainingseinheiten der Spaß auch nicht zu kurz.

Nichtsdestotrotz musste am Sonntag der Heimweg angetreten werden.