

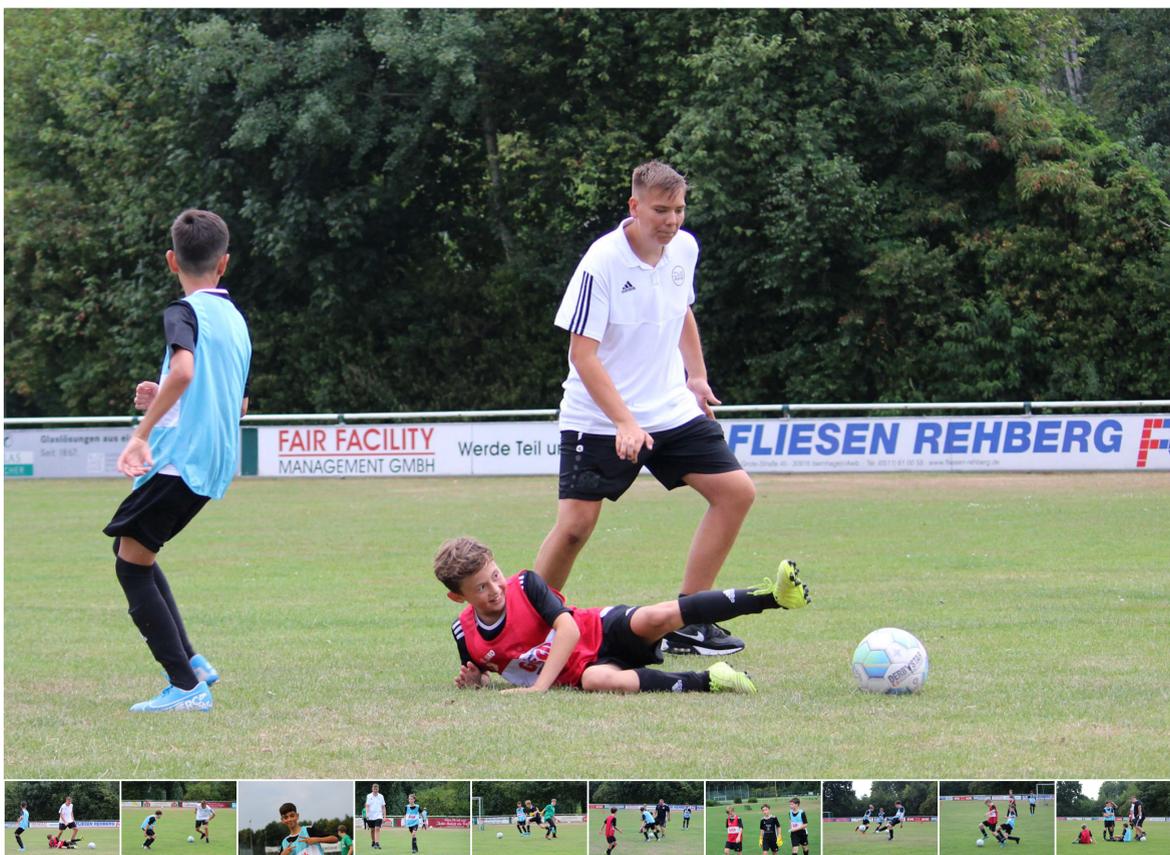


**JUGEND** 17.08.2020

### Die D1 vom TUS Altwarmbüchen startet in die mehrwöchige Saisonvorbereitung

Nach Urlaub und Zwangs-Coronapause beginnen heute die eng getakteten Trainingswochen der U13. Mehrere Trainingssitzungen, Testspiele und Wochenendcamps stehen auf der Agenda.

Kaputt sahen Sie aus, die Spieler der U13 von Thomas Grieger und Tina Lietz. Kaputt aber glücklich. In noch kleiner Trainingsgruppe startete heute die mehrwöchige Saisonvorbereitung nach Corona-Pause und Urlaub. Einige Spieler fehlten aber noch urlaubsbedingt. „Wir müssen noch viel aufholen“, so Thomas Grieger. „Aber wir fangen erst einmal mit viel Spaß an und erhöhen nach und nach die Belastung“, so Grieger weiter.



Also hieß es erst einmal viel kicken und die Motorik wieder in Gang bekommen. Einfach mal ‚laufen‘ lassen und natürlich auch den Ball. Schließlich liegen noch harte Wochen vor den Jungs und Mädels. Wochentags fast täglich Training, dazu mehrere Testspiele und an den Wochenenden die Trainingscamps mit weiteren Testspielen.

Natürlich werden immer wieder Konzentrationsübungen eingestreut, Sprintübungen eingebaut und die Koordination geschult. Aber immer mit viel Spaß. Und die Jungs dankten es den Trainer mit einem Lächeln auf den Lippen. Mal sehen ob Sie in zwei Wochen immer noch Lächeln... ;-)

**- BUSINESS PARTNER -**



**- SPONSOREN -**



**- SPONSOREN -**



**- SPONSOREN -**

