

### Trainingslager in Cuxhaven war ein voller Erfolg!



Erstmalig wurde beim TuS Deutz ein Trainingslager über Ostern durchgeführt, und immerhin 15 Aktive inkl. Trainer waren dabei. Dieter Müllers gute Ortskenntnisse und eigene positive Trainingslagererfahrungen an der Nordsee haben dann den Ausschlag für Cuxhaven gegeben.

Die Aktiven waren in komfortablen Ferienwohnungen im Ortsteil Duhnen untergebracht, wo man sich selbst um die Verpflegung kümmern musste, was aber keinerlei Probleme darstellte. Die Wettervorhersagen waren äußerst bescheiden. Stürmisches, nasskaltes Regenwetter war angesagt und sorgte bei den Teilnehmern für keine hohe Erwartungshaltung, was das Wetter anging. Aber es kam ganz anders...Es war überwiegend sonnig und trocken, sodass auch der kühle Nordseewind die gute Laune nicht trüben konnte.

Auf dem täglichen Programm standen zwei Trainingseinheiten, wobei morgens meist Tempo gemacht wurde. Tim Dally und Björn Bündenbender ersetzten einige Laufeinheiten durch hartes

Training auf dem Rad. Da bei Isabel Pfeifer, Julia Otterbach und Jannik Ax verletzungsbedingt nach einiger Zeit kein Lauftraining mehr möglich war, vergrößerte sich die „Radfahrer-Truppe“ auf fünf Personen.

Die erste Tempoeinheit im Wernerwald wurde zusammen mit der SG Wenden abgehalten, die bereits zum 15. Mal ihr Trainingslager in Cuxhaven-Sahlenburg ausrichtete. Nach der Geburt von Töchterchen Nora unternahm Rebekka Otterbach wieder ihre ersten Laufversuche. Nora schnupperte damit ebenfalls schon erste Trainingslagerluft.

Gemeinsames Kochen, Essen gehen und Spieleabende in der Wohnung von „Osters“ rundeten die Tage ab. Intensives Training gepaart mit gemeinsamen Aktivitäten und auch Gespräche, die sich nicht nur um den Sport drehten, machten das Trainingslager des TuS Deuz für jeden Teilnehmer zu einem vollen Erfolg. Alle waren sich am Ende einig, dass es im nächsten Jahr eine Wiederholung geben sollte.



# Trainingslager Cuxhaven

Donnerstag, den 20. April 2017 um 20:33 Uhr

---





Weitere Bilder [hier](#)