



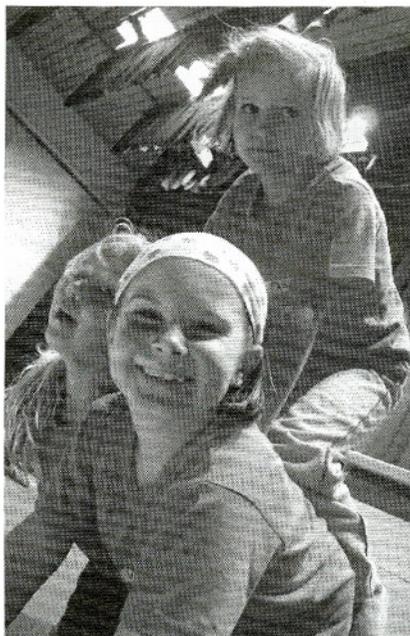
## Uttwil: 24 Stunden Training für die Co-Dance-Jugendabteilungen

msch. Bereits zum zweiten Mal stand beim TSV Co-Dance das Trainingsweekend der Jugendabteilungen auf dem Programm. Von den meisten seit Wochen mit Spannung erwartet, ging es am Samstagnachmittag endlich los. Es versammelte sich eine bunte, fröhliche Schar von über 50 Kindern in der Bildungsstätte Sommeri.

### *Tanz, Akrobatik und Bodenturnen*

Unter der Leitung von Conny Bühler war der Anlass einmal mehr perfekt organisiert. Unterstützt von einem kompetenten, motivierten Trainerteam sowie diversen Eltern, wurde ein vielseitiges und anspruchsvolles Programm geboten.

Gestartet wurde mit einem gemeinsamen Warm-up, bevor in einzelnen Gruppen intensiv trainiert wurde. Zwölf verschiedene Workshops standen auf dem Programm, mit Schwerpunkt in den Bereichen Tanz, Akrobatik und Bodenturnen. Die Teilnehmer arbeiteten konzentriert, lernten viel Neues und verbesserten ihre Technik. Das ehrgeizige Programm wurde aufgelockert durch Spiel und Spass. Ein Höhepunkt war sicher der Badeplausch am Samstagabend. Rund um die Trainingseinheiten war viel Freude und Begeisterung zu spüren. Einige Eltern nutzten die



Sich bewegen ist gesund und macht erst noch viel Spass.

Gelegenheit, ihre Sprösslinge beim Training zu beobachten und sich von den gemachten Fortschritten zu überzeugen.

### *In kurzer Zeit viel gelernt und einstudiert*

Trotz grosser Müdigkeit dauerte es lange, bis auch die Letzten den Schlaf fanden. So war es nicht weiter schlimm, dass nach der eher kurzen Nacht die Morgengymnastik im Freien wegen des regnerischen Wetters ins Wasser fiel. Das reichhaltige Frühstück vertrieb dann die letzte Müdigkeit. Frisch gestärkt wurden die weiteren Workshops in Angriff genommen. Es war beeindruckend zu sehen, was in der kurzen Zeit alles gelernt und einstudiert wurde.

Die Zeit verging wie im Fluge und so kam man schon bald zum letzten Programmpunkt, bei dem vor allem Kondition und Geschicklichkeit gefragt waren. Der Parcours forderte

nochmals stark, sämtliche Kräfte wurden ein letztes Mal mobilisiert. Nach 24 spannenden und lehrreichen Stunden mit Co-Dance hiess es definitiv Abschied nehmen. Nach einem riesigen Applaus an das Trainerteam, konnten die Kinder mit vielen neuen Eindrücken ihren Eltern übergeben werden.