



Die jungen Athleten des LAV 07 Bad Harzburg absolvierten zur Saisonvorbereitung ein Trainingslager in Blankenburg.

Foto: Privat

Trainingslager fürs Wir-Gefühl

Leichtathleten des LAV 07 Bad Harzburg zur Leistungsüberprüfung in Blankenburg

Von Egon Knof

Bad Harzburg. Die Vorbereitung auf die Freiluftsaison der Leichtathleten des LAV 07 Bad Harzburg läuft auf Hochtouren. Zur Steigerung und Überprüfung der Form sowie der Stärkung des Wir-Gefühls absolvierten die jungen Athleten des Vereins ein Trainingslager in Blankenburg. Zwischen den intensiven Trainingseinheiten hatten die Teilnehmer viel Spaß miteinander. Trainer Thomas Bertram und seine Schütz-

linge waren sich einig, im nächsten Jahr länger im Trainingslager zu bleiben.

Ab sofort gelten für die LAV-Athleten die Sommer-Übungszeiten: Montags, 18.30 bis 20 Uhr, ist Tempotraining im Leichtathletik-Zentrum (LAZ) an der Planstraße angesagt. Dienstags treffen sich die Nordic Walker an wechselnden Orten im Oberharz (siehe auch Internet unter www.lav07.de). Am Donnerstag steht ab 16 Uhr Nordic Walking und Laufen für Interessierte

(Treffpunkt LAZ) auf dem Plan. Von 17 bis 18 findet Tempotraining auf der Bahn statt, und um 18.15 Uhr startet die Geländegruppe. Das Leichtathletikteam trainiert montags, 18.30 bis 20 Uhr, und donnerstags, 17 bis 19 Uhr. Die Powergruppe für 9- bis 13-Jährige trifft sich donnerstags, 16 bis 17.30 Uhr. Besonders motivierte Powergruppen-Athleten können zusätzlich montags, 18.30 bis 20 Uhr, trainieren. Die Bambini kommen donnerstags, 16 bis 17.30 Uhr, zusammen.