

# Trainingslager FcLittau Frauen in Side-Antalya



Tagesbericht 26.02.2020

Alina-Simo-Vane. Um 11:45 treffen wir uns am Flughafen in unserer blauen FcLittau-Montur. Nach dem Einchecken folgen bereits die ersten Komplikationen... Vanessa vergisst vor lauter Vorfreude ihre Winterjacke vor dem Check-In. Währenddessen schleicht sich Lüssi in den Duty-Free. Im Flugzeug sind wir wie immer die Lautesten. Kaum gelandet und den Car gefunden, zückt Lüssi ihre Baileysflasche und verteilt Shötlis. Unser Mannschaftsspruch wird kurzerhand zum Trinkspruch.



-- Wie gömmer? metenand! -- Wie gömmer? förenend! -- Was möchemer? Zäme TRENKE!

Darüberhin erklärt uns Lüssi, dass sie unseren Spruch in ihrem ersten Trainingslager erfunden hat. Im Hotel angekommen stürmen wir das Buffet und unser Gepäck bleibt unverteidigt in der Lobby. Nach dem Beziehen der Zimmer genießen wir den Abend gemeinsam beim Spiele spielen und Drinks schlürfen. 😊

Tagesbericht 27.02.2020

Lüssi-Valeria-Laura. Der Himmel ist bedeckt aber das Frühstücksbuffet lässt die Laune steigen. Anschliessend machen wir einen Spaziergang an den Strand und begrüßen das Meer. Nach einer Relax Pause machen wir uns bereit für das erste Training, Thermo-shirts sind gefragt, weil der Wind uns kühl um die Nase bläst. Nach dem Einlaufen haben wir in zwei

Gruppen trainiert und neue Strategien kennengelernt. Nach einer erfrischenden Dusche sind wir mit einem Bärehunger ans Mittagsbuffet gestürzt.

Nach dem Essen ist ein Mittagsschlaf oder ein erster Besuch in den verschiedenen Basaren angesagt. Die jüngsten vier geniessen das Hallenbad für sich allein. 16:15 bringt uns der Chauffeur



ins zweite Training. Unter den rufen des islamischen Gebetsrufers der Moschee neben dem Trainingsgeländes kämpfen wir mit unseren schweren Beinen.

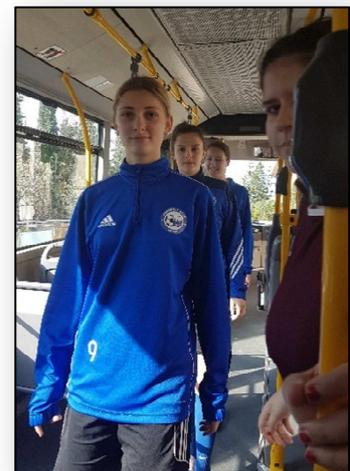
Nach dem reichhaltigen Nachtessen unterhalten wir die ganze Lobby mit wunderschönen Flügelgesängen (Simo sei Dank) und harmonischem Chorgesang (mit der ganzen Truppe). Mit einem Gesangsratespiel lassen wir den Donnerstag gemütlich ausklingen. 😊

#### Tagesbericht 28.02.2020

Fabiola-Bianca-Simi. Nach einer langen Nacht, waren wir pünktlich um 08:00 Uhr beim Z'morgen. Mit Pancakes, Eiern und Orangensaft starteten wir in den Tag. Das Tägliche Powernap nach dem Z'morgen durfte natürlich nicht fehlen. Das Training begann um 10:30 mit einem theoretischen Teil, hierfür braucht man Köpfchen. Anschliessend wurde auch der Körper gefordert: Zweikampfübungen, Abstosstraining und Co verlangten alles ab.

12:45 Uhr: Das Essen ruft! Zwischen Pasta, türkischen Spezialitäten und Dessertbuffet tobten uns aus. Mit vollem Magen ging es nun für einige auf Shoppingtour, andere machten es sich in der Lobby gemütlich und spielten UNO. Kurz darauf später sassen wir alle schon wieder bereit im Bus auf dem Weg zum Fussballfeld.

Nach diversen theoretischen Übungen wurden wir mit "Mätschle" und Penaltyschiessen belohnt. Um unsere strapazierten Muskeln wieder zu entspannen, durfte das Auslaufen aber nicht fehlen. Nach einer heissen Dusche, konnten wir uns wieder dem Buffet widmen. Doch dann der Schock: Fabiola, Bianca und Simi verkündeten das Abendprogramm. In Laufschuhen bereit wurde in der Lobby eine Schnitzeljagd angekündigt. Kaum aus dem Hotel führten uns die 3 wieder zurück in die Lobby. Puh Glück gehabt, das war wohl nur ein schlechter Scherz! Es folgte ein gemütlicher Abend mit Schoggispiel und einem Quiz. Am Ende durften Simo, Jana und Pädi als glückliche Sieger einen kleinen Preis entgegennehmen. Hundemüde fielen wir nun ins Bett. 😊



Um unsere strapazierten Muskeln wieder zu entspannen, durfte das Auslaufen aber nicht fehlen. Nach einer heissen Dusche, konnten wir uns wieder dem Buffet widmen. Doch dann der Schock: Fabiola, Bianca und Simi verkündeten das Abendprogramm. In Laufschuhen bereit wurde in der Lobby eine Schnitzeljagd angekündigt. Kaum aus dem Hotel führten uns die 3 wieder zurück in die Lobby. Puh Glück gehabt, das war wohl nur ein schlechter Scherz! Es folgte ein gemütlicher Abend mit Schoggispiel und einem Quiz. Am Ende durften Simo, Jana und Pädi als glückliche Sieger einen kleinen Preis entgegennehmen. Hundemüde fielen wir nun ins Bett. 😊

#### Tagesbericht 29.02.2020

Lori-Jana-Sandra. 6 der Spielerinnen waren bereits morgens am Strand um Fussball zu spielen. Heute trafen wir uns um 09:00 Uhr mit grossem Hunger zum Frühstück. Danach fuhren wir nicht ins Training sonder mit einem lokalen Bus nach Side und besuchten die Ruinen und die schöne Innenstadt mit den coolen Läden. Leider hat es stark geregnet, dass wir nass wurden war ja klar. Trotz des Regens liessen wir uns die Freude am Shoppen nicht verderben. Einige von uns assen noch in Side am kleinen Hafen etwas die anderen im Hotel.



Um 15:00 Uhr trafen wir uns wieder vor dem Bus. Es stand das Trainingsspiel gegen die U13 Jungs der Fussballschule Fenerbace-Manavgat an. Technisch sind die ja super und sehr Ballverliebt. Das Spiel war sehr fair. Im Hotel zurück erhielten wir eine Rückmeldung zum Spiel. Nach einer dusche trafen wir uns um 19:00 Uhr zum Essen.

Die heutige Abendunterhaltung begann mit dem Spiel Sujet Fotos. Dabei mussten 3er-Teams Fotos mit den Themen: Crazy, Lustig, gelangweilt und motiviert. Danach spielten wir noch "Mörderlis". Traurig, dass das Lager morgen schon wieder fertig ist, aber auch froh über das super Trainingslager gingen wir ins Bett. 😊



#### Tagesbericht 01.03.2020

Cloclo-Pädi. Nach einer kürzeren Nacht als sonst, Claus und ich hatten noch viel zu besprechen, beginnt der letzte Morgen etwas früher. Der Bus zum Flughafen fährt schon um 08:15 Uhr. Nach dem Frühstück haben wir noch die letzten Sachen gepackt und uns von der Anlage verabschiedet. Auch der Mops in der Lobby wird uns fehlen. Die Busfahrt, das Einchecken und der Flug verliefen reibungslos. Anders als beim Hinflug, da war die Gruppe im Flugzeug komplett beisammen. Beim Rückflug mussten beinahe alle einzeln sitzen. Aber wir waren Müde.

Nachdem wir unsere Koffer geholt haben, trennten wir uns mit einem kurzen Tschüss und bis morgen. Alle waren froh nach Hause zu kommen. Bevor Vanessa aber mit uns und Simi nach Hause fahren konnte, versuchten wir unser Glück noch bei der Fundgrube vom Flughafen. Wir erinnern uns, d'Vane hat Ihre Jacke beim Abflug verloren. Leider ohne Erfolg verliessen wir das Flughafengebäude. Alle wurden abgeholt und waren schon schnell Zuhause. 😊

Vielen Dank an alle die dabei waren, Es war MEGA. Unvergessen bleiben die Abend Spiele.

Danke Danke

Danke.

