

Yoga, Tennis, Hip-Hop und viel mehr

Die vier SeReal-Klassen der zweiten Oberstufe besuchten das traditionelle OSUA-Sportlager in Tenero.

KLINGNAU – Zwei Wochen nach dem Schulstart am 14. August fand die Spezialwoche statt. Für die vier ersten Klassen gab es die Kennenlernwoche, die vier dritten Klassen absolvierten ein Spezialprogramm. Für die vier zweiten Klassen ging es traditionsgemäss nach Tenero ins Sportlager. Die Teilnehmenden blickten auf eine gelungene, glücklicherweise unfallfrei verlaufene, sonnige und spannende Sportlagerwoche zurück.

Spass im Splash e Spa

Den folgenden Bericht haben die Schülerinnen Mia, Lina, Carolina, Delia, Malea, Diona, Elma und Sofia geschrieben: Als es am Montagmorgen, 28. August, in Klingnau losging, waren alle sehr aufgeregt. Wir fuhren etwa vier Stunden mit dem Car, bis wir endlich in Tenero ankamen. Dort haben wir unsere Koffer abgegeben, und weil das Wetter so schrecklich war, fuhren wir direkt weiter ins Splash e Spa in Rivera-Monteceneri. Viel besser als Sport im Regen. Nach dem Spass fuhren wir mit dem Zug zurück nach Tenero. Dort sahen wir ganz viele andere Klassen anderer Schulen aus der ganzen Schweiz. Nachdem uns der Schulleiter begrüsst und auf die Lagerregeln hingewiesen hatte, holten wir unser Gepäck und bezogen die Zelte. Die Leute, die uns das Abendessen in der neuen Mensa herausgaben, waren sehr freundlich. Nach dem Abendessen nutzten wir die freie Zeit draussen bei Spaziergängen und Spielen.

Um 21.50 Uhr mussten wir unsere Handys abgeben und in die Zelte gehen. Bei uns im Zelt waren alle noch zu aufgeregt zum Schlafen. Und dann lag da auch noch eine Spinne auf einem Bett. Wir haben geschrien! Dann haben wir noch ein wenig geredet, bis es dann irgendwann auch bei uns ruhig wurde und wir nach und nach einschliefen.

Grosse Auswahl an Sportarten

Am Dienstagvormittag konnten wir dann endlich auch Sport machen. Es hat aufgehört zu regnen und das Wetter war schon sehr viel besser. Wir waren den ganzen Morgen beim Hip-Hop. Es war lustig und hat Spass gemacht. Zuerst hatten wir Krafttraining und uns gedehnt, dann hatte uns unsere Leiterin die Cho-



Üben für den Hip-Hop-Auftritt.

reografie gezeigt, welche wir am Donnerstagabend vorzeigen durften. Andere Schüler waren auf dem Trampolin, um dort unterschiedliche Tricks wie zum Beispiel den Backflip zu lernen. Wieder andere waren beim Beach-Volleyball oder mit dem Kajak auf dem See. Eine weitere Gruppe übte sich beim Tennis.

Am Nachmittag gab es wieder Sport. Nun aber hatten wir eine noch grössere Auswahl an Sportarten, aus denen wir wählen konnten. Einige gingen zum BMX-Fahren. Dort mussten wir spezielle Schutzkleidung tragen, um uns vor Unfällen und Verletzungen zu schützen. Mit einem Instruktor gingen wir auf einen Pumptrack und er brachte uns bei, wie man richtig fährt. Nach dem BMX ging diese Gruppe dann weiter zum Air-Jump. Das war ein Trampolin mit Gummiseilen, an denen wir in die Höhe gezogen wurden. Dort schafften fast alle einen Salto, viele sogar zwei oder drei.

Eine andere Gruppe hatte Klettern und Yoga. Yoga war zwar entspannend, aber es gab auch schwierige Übungen.

Dort konnten wir verschiedenste Stellungen ausprobieren, wie die Schildkröte, den Helden, den herabschauenden Hund, die Kobra und viele mehr. Das war wunderbar, um sich von seinen Problemen abzulenken. Beim Klettern war es unglaublich interessant zu lernen, wie das alles funktionierte mit den Knoten. Die benötigten wir zum Beispiel, um das Ende des Seiles zu markieren. Klettern brauchte sehr viel Kraft. Es war aber auch interessant, zu zweit zusammenzuarbeiten. Während einer kletterte, musste die andere Person sichern. Auch das war anstrengend.

Unsere Gruppe wählte Bogenschiessen und Golf. Auch dort wurden zwei Gruppen gemacht, die nach der Halbzeit wechselten. Beim Bogenschiessen konnten wir zuerst auf eine Zielscheibe üben, dann durften wir unsere ruhigen Hände bei einem Wettkampf beweisen.

Beim Golfen konnten wir zuerst zwei unterschiedliche Arten von Schlägern ausprobieren, um zu lernen, welcher besser für uns war. Dann durften wir

üben, die Bälle ins Loch zu bringen, bevor wir unsere neuerlernten Fähigkeiten wieder in einem Wettstreit beweisen konnten.

Nach dem abwechslungsreichen Sportprogramm hatten wir wieder Freizeit. Diese nutzten wir, um an den See zu gehen, zu duschen und zu chillen.

Dann sind wir wieder in unsere Zelte schlafen gegangen. Die waren sehr gross und mit zwei Reihen von Hochbetten ausgestattet. Um 23 Uhr mussten wir wieder absolut ruhig in unseren Betten liegen, sonst hätte es Probleme mit dem Leiterteam beziehungsweise der Securitas geben können. Nach dem sportlich anstrengenden Tag gelang uns das etwas besser als in der ersten Nacht.

Nur der Lago Maggiore überzeugt nicht

Am Mittwochvormittag wussten wir schon sehr gut, wie alles funktionierte mit Aufstehen, Frühstück und Besammeln zum Sport. Inzwischen waren wir routiniert, und fast alles funktionierte reibungslos.

Am Morgen waren wir wieder alle bei unseren Hauptsportarten. Wir konnten auf dem Gelernten des Vortages aufbauen und wieder mehr dazulernen.

Am Mittwochnachmittag wäre eigentlich ein Ausflug auf dem Programm gestanden. Da wir aber den Montag bereits im Splash e Spa (ähnlich wie das Alpa-mare in Pfäffikon) auf den Wasserrutschen verbringen durften, hatte die Lagerleitung das Programm abgeändert. Jetzt holten wir das Sportangebot nach, das wir am Montag verpasst hatten.

Inzwischen hatten wir viele neue Bekanntschaften mit anderen Schülerinnen und Schülern aus der ganzen Schweiz geschlossen. Auch das Wetter war inzwischen wieder sommerlich warm. Nur der Lago Maggiore konnte uns nicht überzeugen. Der war nach den Unwettern der Vorwoche noch viel zu kalt.

Grosser Auftritt der Hip-Hop-Gruppe

Am Donnerstag waren wir schon am vorletzten Tag des Lagers angekommen. Das bemerkte vor allem die Hip-Hop-Gruppe, die kurz vor ihrem grossen Auftritt stand.

Auch die anderen genossen noch ein letztes Mal ihre Hauptsportart. Einige wollten überhaupt nicht mehr aufhören, als es Zeit wurde, die Geräte zum letzten Mal zusammenzuräumen.

Am Nachmittag gab es dann noch einmal ein letztes, breites Sportangebot. Egal ob im Fussball, beim Yoga, beim Frisbee-Spielen, beim Zauberwürfel-Lösen oder beim Roundnet: Jeder fand etwas, das er noch nicht probiert hatte oder noch einmal machen wollte.

Dann besammelten wir uns alle am See. Vor herrlichster Kulisse zeigte die Hip-Hop-Crew die von ihr einstudierte Choreografie. Zu ihrer Überraschung tanzte das Leiterteam den Refrain jeweils mit. Nach dem Nachtessen genossen wir unseren letzten freien Abend.

Alles rund gelaufen

Schon war es Freitag. Das bedeutete frühstücken und gleich die Koffer packen, um sie abreisebereit zu deponieren. Zur Auswahl standen am letzten Morgen drei Möglichkeiten: Turniere im Basketball oder Beach-Volleyball oder helfen, die Zelte und unseren Gruppenraum zu putzen. Im Anschluss stand eine letzte Besammlung und das Fassen des Lunchpakets an. Die Turniere als auch die Abgabe der Zelte sowie die Heimfahrt mit den beiden Cars verliefen reibungslos, auch wenn wir wegen des Rückreise- und Feierabendverkehrs leider oft im Stau standen.



Die neuen Tenniscracks.



Erholung beim Yoga.